

Filozofická fakulta Univerzity Karlovy v Praze

Katedra Psychologie

Studijní obor: jednooborová psychologie

**Vymezení a srovnání pojmu arteterapie a nově
zaváděného pojmu artefiletika**

Definition and comparison of the term art-theraphy and the
newly introduced term of art-philetics

Diplomová práce

Lucie Rovenská

Vedoucí diplomové práce: PhDr. Bažantová Mariana

2007

„Prohlašuji, že jsem diplomovou práci vypracovala samostatně a že jsem uvedla
všechny použité prameny a literaturu.“

V Brně dne 8. 8. 2007

.....

Poděkování

Děkuji především vedoucí diplomové práce PhDr. Marianě Bažantové za cenné nápady, rady, trpělivost a velmi podnětnou spolupráci, všem osloveným, kteří se ochotně zúčastnili našeho výzkumu, Mgr. Vlácilové (PL Brno- Bohunice), Mgr. Štěpánkovi a Mgr. Klementové (PL Jihlava), o.s. Baobab a o.s. Ulita za možnost spolupráce. V neposlední řadě také děkuji svým blízkým za neocenitelnou psychickou podporu.

OBSAH

<u>1</u>	<u>Úvod</u>	<u>7</u>
<u>2</u>	<u>Arteterapie</u>	<u>11</u>
2.1	Definice	11
2.2	Vymezení pojmu arteterapie	13
2.3	Historie arteterapie	17
2.4	Přesahy	18
2.5	Indikace	20
2.6	Teorie	20
2.6.1	<i>Psychodynamické přístupy</i>	20
2.6.2	<i>Humanistické přístupy</i>	22
2.7	Druhy arteterapie	22
<u>3</u>	<u>Artefiletika</u>	<u>24</u>
3.1	Definice	24
3.2	Vymezení pojmu artefiletika	25
3.3	Historie artefiletiky	26
3.3.1	<i>Kořeny ve výtvarné výchově</i>	26
3.3.2	<i>Pedagogický konstruktivismus</i>	28
3.3.3	<i>Vliv arteterapie</i>	28
3.4	Přesahy	29
3.5	Teorie	29
3.5.1	<i>Umělecké dílo</i>	30
3.5.2	<i>Prop</i>	31
3.5.3	<i>Fikční svět</i>	32
3.5.4	<i>Prekoncept</i>	34
3.5.5	<i>Hermeneutický kruh</i>	35
3.5.6	<i>Sociokognitivní konflikt</i>	35
3.5.7	<i>Konceptualizace námětu</i>	36
3.5.8	<i>Koncept</i>	36
3.6	Vstřícné pojetí výuky („Encounter curriculum model“)	37
3.7	Dimenze výrazové hry	38

3.8 Fáze artefietické výuky	41
<u>4 Shody</u>	43
<u>5 Rozdíly</u>	45
<u>6 Empirická část</u>	50
6.1 Metodologie výzkumu	50
6.1.1 Vymezení pojmů	50
6.1.2 Záměr	50
6.1.3 Metoda	51
6.1.4 Vzorek	52
6.1.5 Sběr dat	52
<u>7 Výzkumná zjištění</u>	54
7.1 Příčinné podmínky	54
7.1.1 Vstup- Motivace	54
7.1.2 Očekávání	54
7.1.3 Umění	55
7.1.4 Artefakt	56
7.2 Jev	57
7.2.1 Princip	57
7.2.2 Vlastnosti	58
7.3 Kontext	59
7.4 Intervenující podmínky	60
7.4.1 Skupina	60
7.4.2 Vedoucí	61
7.4.3 Technika	62
7.4.4 Rituály	63
7.5 Strategie jednání a interakcí	63
7.5.1 Zadání	63
7.5.2 Témata	64
7.6 Následky	64
7.6.1 Zisky	64
7.6.2 Trvání	65

7.6.3	<i>Přání</i>	65
7.7	Konotace pojmů arteterapie, artefiletika	66
8	<u>Diskuse</u>	67
8.1	Výsledky	67
8.1.1	<i>Zjištěné rozdíly v obou pojetích</i>	67
8.1.2	<i>Zjištěné shody v obou pojetích</i>	71
8.2	Limity výzkumu	72
8.3	Možnosti dalšího zkoumání	73
9	<u>Závěr</u>	73
10	<u>Informační zdroje</u>	79
11	<u>Přílohy I- IV</u>	
	Příloha I. Polostrukturovaný rozhovor- kostra otázek	85
	Příloha II. Přepisy rozhovorů	87
	Příloha III. Arteterapie- ukázky tvorby	174
	Příloha IV. Artefiletika-ukázka průběhu artefiletického setkání	177

1. ÚVOD

Způsob sebevyjádření prostřednictvím kresby či malby mi byl blízký od útlého dětství. Proto, když jsem při studiu psychologie na Filozofické Fakultě Univerzity Karlovy narazila na volitelný předmět PhDr. Mariany Bažantové, seznamující studenty s artefiletickým přístupem, neváhala jsem a zapsala se do něj. Následovaly další artefiletické semináře v občanském sdružení Ulita, a také stáž v občanském sdružení Baobab, a to byl již jen krůček k volbě tématu mé diplomové práce „Vymezení a srovnání pojmu arteterapie a nově zaváděného pojmu artefiletika“.

Mé kroky mě tedy zavedly nejen do občanského sdružení Ulita, ale také na stáž do občanského sdružení Baobab, kde jsem měla možnost sledovat PhDr. Marianu Bažantovou při artefiletických setkáních s klienty. Abych si udělala bližší představu o práci arteterapeuta, absolvovala jsem také stáž v Psychiatrické léčebně v Jihlavě, kde se mi laskavě věnovali Mgr. Luděk Štěpánek a Mgr. Kateřina Klementová, oba absolventi Pedagogické fakulty Jihočeské univerzity- Ateliéru Arteterapie v Českých Budějovicích. Také oni mě přijali jako dočasnou členku jejich arteterapeutických skupin. V neposlední řadě jsem měla možnost po dva měsíce nakukovat pod pokličku arteterapeutického umu Mgr. Petry Vláčilové, která se s nadšením věnuje arteterapii již několik desetiletí v Psychiatrické léčebně v Brně- Bohunicích. Těm všem patří můj dík.

Cílem této diplomové práce je seznámit čtenáře blížeji s termíny arteterapie a artefiletika. Uvést, co mají oba pojmy společné, a v čem se od sebe odlišují. Nečiníme si nárok na kompletní uchopení dané problematiky, spíše se jedná o jistý nástin, který by mohl sloužit coby inspirace dalšímu zkoumání. Rozlišovat oba pojmy se nám jeví jako vysoce žádoucí, a to zejména z důvodu, že artefiletika, jako specifické

pojetí výchovy uměním s převažujícím zájmem o výtvarný projev, je praktikována v pedagogicko- výchovných zařízeních. Těmi, kdo vedou artefiletická setkání, jsou učitelé a jiní pedagogičtí pracovníci. Na poli vzdělávacího procesu není dostatek prostoru pro práci s osobními problémy účastníků, pro terapeutické zásahy. Navíc pedagogičtí pracovníci k takovýmto intervencím nemají často kromě časových i prostorových možností ani patřičnou erudici, osobnostní předpoklady či zkušenosti. Proto se nám jeví jako nežádoucí vnášet čisté arteterapeutické metody do vzdělávacího procesu, a to z důvodu, že by potenciální vynořující se problematika témata nemusela být dostatečně zpracována. Výchovně-vzdělávací proces má svá specifika, jim je nutno se přizpůsobit. Na druhou stranu ale vzdát se plně možnosti využívat výtvarné umění jako prostředku osobního vyjádření či seberozvoje, se nám jeví jako zbytečné a nežádoucí. Artefiletický přístup má dozajista co nabídnout. Nemůžeme jej ale chápat jako náhradu pro arteterapii. Ta má své pevné místo ve zdravotnických zařízeních, kde slouží terapeutickým a diagnostickým účelům s velkými úspěchy.

Ačkoliv je pole arteterapie i artefiletiky neustále se vyvíjejícím a ještě ne zcela plně etablovaným procesem, již nyní nám poskytuje možnosti pro jeho částečné zmapování, o které se v této práci pokoušíme. Pro lepší srozumitelnost textu a čtenářovu snadnější orientaci v problematice, jej nejdříve seznámíme se základy obou přístupů, arteterapeutického i artefiletického, na základě kterých následně zaměříme naši i čtenářovu pozornost na náčrt styčných bodů mezi přístupy, ale také na rozdíly v obou pojetích. V empirické části naší práce využijeme polostrukturovaných rozhovorů k tomu, abychom zjistili, jak prožívají arteterapeutickou či artefiletickou zkušenost sami její účastníci, což nám následně umožní zhodnotit, do jaké míry odpovídají naše výzkumná zjištění dříve stanoveným předpokladům.

Umění není nikdy kopií skutečnosti, nýbrž průvodcem, cestou
k jejímu hlubšímu pochopení.

(Dilthey Wilhelm)

TEORETICKÁ ČÁST

ARTETERAPIE

ARTEFILETIKA

SHODY

ROZDÍLY

2. ARTETERAPIE

2.1 Definice

Ulman (2001, s. 292)¹ arteterapii definuje jako „ terapeutické postupy navržené tak, aby napomáhaly příznivým změnám v osobnosti či životě, které přesáhnou nad rámec arteterapeutického setkání... Proto specializovaná výuka, která zanechává jádro osobnosti nedotčené, není součástí terapie... Arteterapeut často musí tolerovat defenzivní či únikové použití výtvarného materiálu, ale toto není nikdy jeho cílem“.

Rubin (2001, s. 343)² uvádí, že se arteterapie „pokouší být aplikovatelnou při jakékoliv snaze, která má opravdu povahu jak umění tak terapie“.

S Britskou arteterapeutickou asociací můžeme říct, že „Arteterapie je formou terapie, ve které vytváření vizuálních představ (malování, kreslení, modelování atd.) za přítomnosti kvalifikovaného arteterapeuta přispívá k externalizaci myšlenek a pocitů, které by jinak zůstaly nevyjádřené“.

¹ Informační zdroje: č. 52

² Informační zdroje: č. 34

Dle Americké arteterapeutické asociace je arteterapie pevně zavedenou profesí zabývající se duševním zdravím, která využívá tvořivého procesu vytváření výtvarných děl pro zlepšení a zvýšení fyzického, duševního a emocionálního pocitu osobní pohody jedince každého věku. Je založena na víře, že tvořivý proces zahrnutý v umělcově sebevyjádření pomáhá lidem řešit konflikty a problémy, rozvíjet interpersonální dovednosti, zvládat chování, snižovat stres, zvyšovat pocit vlastní sebehodnoty a sebeuvědomování a dosahovat vzhledu. Arteterapeut spojuje pole lidského rozvoje, vizuální výtvarné tvorby (kreslení, malování, sochání a další výtvarné formy) a tvořivého procesu s modely poradenství a psychoterapie.

Arteterapie se využívá s dětmi, mládeží, dospělými, staršími lidmi, skupinami i rodinami, aby odhalila a vyléčila následující: úzkostnost, depresivnost, a další duševní a emocionální problémy a poruchy; duševní onemocnění; zneužívání léků a dalších návykových látek; rodinné a vztahové otázky; zneužívání a domácí násilí; sociální a emocionální obtíže spojené s handicapem a nemocí; trauma a ztrátu; fyzické, kognitivní a neurologické potíže; a psychosociální těžkosti spojené se zdravotními obtížemi. Arteterapeutické programy můžeme nalézt v mnoha prostředích včetně nemocnic, klinik, veřejných i občanských sdružení, center pro zdravý životní styl, vzdělávacích institucí, podnikových i privátních praxí.¹

¹ Informační zdroje: č. 1

Arteterapie je v současnosti označením pro široké spektrum technik v rehabilitaci a psychoterapii. Principem, na kterém arteterapie staví, je využití materiálů výtvarného umění jako prostředku k integraci či reintegraci osobnosti. Jak uvádí Liebmann (2005, s.14) „ arteterapie využívá výtvarné umění jako prostředek k osobnímu vyjádření v rámci komunikace, spíše než aby se snažila o esteticky uspokojivé výsledné produkty, posuzované vnějšími měřítky“. Arteterapie je tedy přístupná všem bez ohledu na výtvarné nadání. Ženatá (2005, s.10) k tomu dodává, že „každý jedinec je schopen podat sám o sobě určitá svědectví, a to i taková svědectví, která jsou slovy obtížně formulovatelná, respektive až neformulovatelná“.

Stejskalová (2007)¹ arteterapií označuje „ léčebný postup, který využívá výtvarného projevu jako hlavního prostředku poznání a ovlivnění lidské psychiky a mezilidských vztahů“.

2.2 Vymezení pojmu arteterapie

Pojem arteterapie vznikl spojením dvou různojazyčných slov, a to starořeckého *θηραπεία* – léčba, léčení a latinského slova *ars, artis*, f.- umění. Arteterapie je tedy v doslovném překladu léčba uměním.

Samotný pojem arteterapie můžeme vykládat dvěma významy, užším a širším. V širším pojetí označuje arteterapie léčbu uměním souhrnně. V tomto smyslu expresivní terapií² může být jak arteterapie v užším slova smyslu, tak také dramaterapie, taneční a pohybová terapie, muzikoterapie, poetická terapie atd. Šicková-Fabrice (2002) uvádí, že

¹ Informační zdroje: č. 44

² Informační zdroje: č. 2

arteterapie v širším smyslu znamená léčbu uměním, včetně hudby, poezie, prózy, divadla, tance a výtvarného umění. Arteterapie v užším slova smyslu znamená léčbu výtvarným uměním. My budeme uvažovat o arteterapii v užším slova smyslu, a to jako o diagnostickém či terapeutickém procesu, který pro své účely využívá výtvarné tvorby klienta.

Arteterapii lze také chápat ve dvou polaritách, jak píše Šicková-Fabrice (2002), a to v závislosti na míře aktivní tvůrčí činnosti pacienta. Na jednom pólu stojí receptivní arteterapie, kdy k výtvarné tvorbě nedochází, pacient je příjemcem dojmu z cizího výtvarného počínu. V opozici stojí arteterapie produktivní, kdy je pacient aktivním tvůrcem a vzniká tak výtvarný artefakt.

Na poli arteterapeutického můžeme vysledovat dva proudy, jak píše Hájek (1980). První („art as therapy“) předpokládá, že výtvarná činnost i bez dalších verbálních zásahů implicitně obsahuje autosanační prvky, a to na rozdíl od druhého přístupu („art-psychotherapy“), který s výtvarnými produkty dále pracuje. Zicha (1981) k tomu dodává, že v „Terapii uměním“ („art as therapy“) není artefakt analyzován, intervencí je samotné umožnění tvorby, případně výtvarné vedení, avšak v „Artpsychoterapii“ („art-psychotherapy“) jsou artefakty a prožitky z tvorby tématem další terapeutické práce. K tomuto rozdělení se vrací Koblicová (2000) a pro arteterapii založenou více na samotném procesu tvorby, a tedy na primárním procesu („art as therapy“), zavádí termín „prvoprocesová“, zatímco pro arteterapii stavějící na verbalizaci („art-psychotherapy“) volí termín „druhoprocesová“.

Prvoprocesový arteterapeut by měl být dle Koblicové především výtvarník, zatímco druhoprocesového arteterapeuta si představuje zejména jako psychoterapeuta.

V souvislosti s prvopocesovou arteterapií hovoří Lhotová (2005) o „arteterapii abreaktivní“, ve které je samo symbolické vyjádření terapeutickým efektem, podobně jako je tomu u rogeriánské (na klienta zaměřené psychoterapie- viz. níže). Východiska těchto neinterpretačních směrů jsou ve fenomenologii, tvarové psychologii, v humanistické psychologii C. R. Rogerse a v existenciálně-psychologickém přístupu V. E. Frankla. Naproti tomu interpretační směry v arteterapii nacházejí své teoretické zázemí v dynamické psychologii S. Freuda, Analytické psychologii C. G. Junga a v práci A. Adlera.

Jak jsme zmínili výše, existuje prvopocesová a druhopocesová arteterapie, přičemž zastánkyní druhé v pořadí se ve Spojených státech amerických stala Margaret Naumburg, představitelka psychoanalytické orientace v arteterapii. Svoje metody staví na uvolňování nevědomých obsahů pomocí významů spontánní výtvarné tvorby, důležitými pojmy zde jsou přenos mezi pacientem a terapeutem, či metoda volných asociací. Úspěch léčby závisí na vztahu přenosu a na vědomém úsilí získat pacientovy vlastní interpretace jeho symbolických náčrtků. Umění nepřipisuje žádnou zvláštní úlohu kromě nositele symbolického jazyka hodného interpretace. Ulman (1992) uvádí jako zástupkyni prvopocesové arteterapie Edith Kramer, která předpokládá léčivou kvalitu vlastní tvořivému procesu. Umění vnímá jako způsob rozšíření rozsahu lidské zkušenosti vytvářením obdob ke zkušenostem, nahrazením instinktivního chování sociálními akty. Prvotním úkolem arteterapeuta je asistovat procesu sublimace, integrace a syntézy, která je prováděna egem, ve které dosahujeme zvláštního spojení mezi realitou a fantazií, mezi nevědomím a vědomím. Již Edith Kramer upozorňuje na důležité rozdíly mezi arteterapeutem a učitelem. V arteterapii je kladen menší důraz na práci s výtvozem po stránce edukační, více zájmu je mu věnováno z hlediska diagnosticko-terapeutického. Arteterapeut musí poskytovat větší přijetí a zodpovědnost vůči individuálním potřebám

každého pacienta, měl by být schopen rekapitulovat, a tím posouvat terapeutický proces, rozumět celé osobnosti každého pacienta. Možná právě Edith Kramer stála na počátku dlouhé cesty, která vedla až do dnešních dob k nově vznikajícímu artefiletickému přístupu.

Hájek (1980) uvádí v rámci těchto dvou proudů dalších šest teoretických přístupů, a to:

1. přístup činnostní- kdy je pacientova pozornost odpoutána od patologických stavů a myšlenek k činnosti, díky čemuž se vytvářejí nové zkušenosti a návyky.
2. přístup kreativistický- pod vlivem humanistické psychologie zde předpokládáme autosanační mechanismy osobnosti, latentní tvořivé síly a nutnost tyto síly projevit, pokud jsou člověku k tomu vytvořeny podmínky.
3. přístup integrativní- předpokládá, že člověk je v každém okamžiku tvorby integrován, což se přenáší také mimo arteterapeutickou situaci, do běžného života.
4. přístup projektivní- zde pomáhá obrazová projekce nevědomého materiálu k odkrytí a zvládnutí psychických konfliktů, pacient dosahuje vhledu.
5. přístup sublimační- tvůrkyně tohoto přístupu E. Kramerová předpokládá zvládnutí a sociálně hodnotné přepracování primitivních impulsů v procesu výtvarné tvorby.
6. přístup komunikativní- vyzdvihuje možnosti výtvarného vyjádření v komunikaci. Umění umožňuje vyjádřit jinak slovně těžko vyjádřitelné.

K výše uvedené klasifikaci se vrací Strnadlová (2006).

2.3 Historie arteterapie

Myšlenka terapeutického využití výtvarné produkce se zrodila ze zájmu o tvorbu schizofrenních pacientů. V roce 1876 vyšla první kniha zabývající se touto problematikou autora P. M. Simona. Arteterapie jako disciplína vznikala během první poloviny 20. století právě na poli psychiatrickém. Výraz art therapy ve svých pracích jako první použila Margaret Naumburgová ve 30. letech 20. stol. V USA. Tento termín se v Evropě začal používat až od roku 1940, a první profesionální školení arteterapeutů vznikala v pozdních 80. letech 20. stol. Koncepční a metodologické základy současné arteterapie byly položeny s příchodem psychoanalýzy a hlubinné psychologie, a to Sigmundem Freudem a Carlem Gustavem Jungem. Dalšími pokračovateli byli zástupci psychoterapeutických směrů, kteří hledali cesty, jak spojit výtvarné působení s psychoterapeutickými postupy.

2.4 Přesahy arteterapie

Arteterapie, jak již bylo zmíněno výše, těsně souvisí s psychoterapií, psychologií, souvislosti bychom mohli nalézt také s pedagogikou, teorií umění, estetikou¹, hermeneutikou², sémiotikou³, filozofií, teologií, historií, lingvistikou atd.

Ačkoli někteří terapeuti využívají některých výtvarných technik v rámci psychoterapeutického procesu, a jak říká Matoušek (1999, s. 41) „ je to vhodné pro jakýkoli typ terapie. Krom toho, že se při arteterapii objevuje nový psychoterapeutický materiál, klient objevuje i své tvůrčí vlohy a díky tomu si může významně posílit sebevědomí“, Šicková-Fabrici (2002, s.33) předestírá, že „ačkoli většina teoretických východisek

¹ Estetikou myslíme nauku o smyslovém či citovém (mimoracionálním) poznání. Jebavá (1997, s.32) estetiku chápe jako „vědu, která se zabývá studiem vnímání a hledání krásy. Význam slova estetika je odvozen z řeckého eisthesis- vnímání).

² Dle Šickové-Fabrici (2006) je hermeneutika věda o pravidlech porozumění, překladu, vysvětlení a interpretace (původně interpretace biblického textu). V arteterapii jde o interpretaci výtvarné zprávy, která je sdělena neverbálně, ve znacích, symbolech.

³ Šicková-Fabrici (2006) definuje sémiotiku jako „vědu o významu znaků, vychází z řeckého významu znak, znamení. (...) V arteterapii, jejíž jeden z cílů je kompenzace či úplné nahrazení verbální komunikace výtvarným symbolem či znakem ve snaze dorozumět se, ale i diagnostikovat, najít hlavní problém pro klienta, je sémiotika inspirativní vědou“.

současných arteterapeutů souvisí s modely jednotlivých psychoterapeutických škol, je třeba zdůraznit, že arteterapie není jen jednou z forem psychoterapie“. A stejně tak, jako se v minulosti oddělila psychoterapie od psychiatrie a psychologie, arteterapie se vyděluje z psychoterapie. Koblicová (2000, s. 21)¹ k tomuto uvádí, že stejně tak, „jak se v minulosti psychoterapie vymaňovala ze závislosti na psychiatrii prostřednictvím především psychologů, tak arteterapie dnes usiluje o nezávislost prostřednictvím absolventů pedagogických fakult“. I když arteterapie usiluje o osamostatnění, přece jen ji s psychoterapií mnohé spojuje. Poeticky to vyjádřila Kramer (2002)² : „ Psychoterapie i arteterapie předpokládají hledání vnitřní pravdy“.

V tomto bodě bychom rádi upozornili na rozdíl mezi arteterapií a ergoterapií, coby rehabilitační metodou, případně činností, která má sloužit k zaměstnání pacienta. Nejde tedy v žádném případě o zaměnitelné pojmy. Ergoterapie slouží k rozvinutí schopností, arteterapie je cílená psychoterapeutická práce s klientem.

¹ Informační zdroje: č. 18

² Informační zdroje: č. 20

2.5 Indikace

Arteterapie využívá neverbálního vyjadřování, které je méně přístupné vědomé kontrole a umožňuje vyjádřit a zpracovat mnohé obsahy, kterých si ani sami nemusíme být vědomi. Zároveň je možno arteterapii začlenit do kteréhokoli teoretického rámce, což jí dodává nečekanou indikační šíři. Matoušek (1999) udává, že je arteterapie vhodným postupem pro osoby s řadou problémů, avšak pro některé pacienty, jmenovitě pro pacienty v době počínajícího onemocnění schizofrenií či depresí, může být kontraindikována z toho důvodu, že může nemocnému stěžovat návrat k lepšímu stavu. Arteterapie dále dle Matouška nemá naději na úspěch u lidí, kteří ji odmítají a také u lidí, kteří trpí nepřekonatelnými zábranami.

2.6 Teorie

Pojmový aparát, kterým operuje arteterapie má své kořeny v psychoterapii, ze které se arteterapie vydělila. Teorie se různí od jedné psychoterapeutické školy ke druhé v kladení důrazu na jiný výkladový rámec. Tak také jednotlivé arteterapeutické směry se opírají, podobně jako psychoterapeutické přístupy, o různá interpretační východiska a užívají odlišných výrazů.

2.6.1. Psychodynamické přístupy

Tyto přístupy byly inspirovány takovými osobnostmi jako Freud či Jung, zakladateli arteterapeutické koncepce. Ačkoli Freud poukázal na důležitost nevědomých vizuálních obrazů objevujících se u jeho pacientů (například v podobě snů), on sám s výtvarnou činností nepracoval. Mezi důležité pojmy psychoanalytické teorie patří přenos,

regrese či sublimace. V klasickém pojetí je přenos dle Rubin (2001) „pacientova projekce směrem k terapeutovým myšlenkám, pocitům a očekáváním, pocházející z neřešených minulých konfliktů“. Freud se domníval, že „umění je v podstatě kompenzací potlačených (nevědomých) tužeb“ (Jebavá, 1997, s.55). Až Jung využíval možnosti, které poskytuje výtvarná činnost, přičemž zdůrazňoval význam sérií kreseb coby materiálů pro sledování postupu terapie. Mezi důležité termíny Jungovy analytické terapie patří kolektivní nevědomí a archetypy (zde můžeme nalézt spojitost s artefietickým pojmem koncept- viz níže). Jung dělí „nevědomí ve více méně povrchovou vrstvu, kterou nazývá osobním nevědomím, a hlubší vrstvu, jež nepochází z osobní zkušenosti a z toho, co individuum dosáhlo, nýbrž je vrozena, a to je kolektivní nevědomí“ (Read, 1967, s. 208). Kolektivní nevědomí je dle Junga mytologického charakteru. Obsahy kolektivního nevědomí nazval archetypy (z řec. archaios = od prvopočátku, starý, původní; typos = ráz, stopa, podoba, postava, forma, charakter,...) (Jung 1993).¹ Přenos je dle Junga „specifickou formou procesu projekce“ (Šípek, 2000, s. 18), přičemž projekce je obecným psychologickým mechanismem, jenž přenáší subjektivní obsahy jakéhokoliv druhu na objekt.

Hlavním úkolem arteterapeuta s touto orientací je analyzovat výtvary a jejich symboliku, interpretovat je nebo podněcovat pacienta k vlastní analýze a k volným asociacím se zaměřením na hledání problému a jeho příčin.

¹ Podrobně viz informační zdroje č. 16, 17

2.6.2 Humanistické přístupy

Zde se předpokládá nedirektivní působení arteterapeuta, jakéhosi katalyzátoru. Ten má za úkol vytvářet klientovi podmínky k tomu, aby se v něm projevily autosanační síly a on tendoval k seberozvoji, a stával se tak svými možnostmi. Cílem arteterapie zde je, aby si klienti zažili sami sebe pro sebe a pro druhé, a stali se empatickými, akceptujícími a kongruentními bytostmi.¹

Pro účely naší práce postačuje naznačit, že přístupů je více, jmenujme například arteterapii založenou na východisku tvarové psychoterapie, behaviorální a kognitivně- behaviorální psychoterapie či logoterapie atd.²

2.7 Druhy arteterapie

Arteterapii rozdělujeme na individuální, kolektivní a skupinovou.

- Individuální forma arteterapie je taková, kde hraje významnou roli maximální kontakt a následný úzký vztah pacienta a terapeuta. Tuto formu lze využít velice dobře například u dětí (Naumburg 2001, Case et Dalley 1995).

¹ Podrobně viz informační zdroje č. 8, 33, 37

² Podrobně viz informační zdroje č. 48

- Kolektivní forma označuje větší množství klientů, jejichž seskupení je víceméně náhodné. Takovouto formu nalézáme například v psychiatrických léčebnách, kde je arteterapie součástí denního programu. Pacienti fluktuují, nejedná se o uzavřené skupiny, což je dáno zejména rozdílnou délkou hospitalizace.
- Skupinová forma je označením pro uzavřenou skupinu, jejíž složení není náhodné, je spoluurčováno věkem, typem onemocnění a jeho průběhem atd.

Dále jmenujme například formu arteterapie partnerské, rodinné či matek s dětmi.

Problematikou rodinné arteterapie se zabývá Kwiatkowska (2005), která uvádí, že rodinná arteterapie je v podstatě novou formou skupinové arteterapie, s tím, že na rozdíl od skupinové arteterapie, tuto skupinu nespojuje společný symptom či porucha přizpůsobení, ale vzájemné vztahy, společné vzorce chování a vzájemných interakcí.

3. ARTEFILETIKA

3.1 Definice

Artefiletika je „specifické pojetí výchovy uměním s převažujícím zájmem o výtvarný projev, které klade zvláštní zřetel na uplatnění osobní zkušenosti žáků v heuristicky pojatém vzdělávání a na spojení výrazového uměleckého projevu s jeho reflexí v kulturních a psychosociálních kontextech. Důležitým cílem artefiletiky je pozitivní prevence psychických nebo sociálních poruch“ (Slavík, 2001, s.268). ¹ Pozitivní prevence podporuje a rozvíjí tvůrčí kulturní a prosociální aktivity, které snižují pravděpodobnost vzniku psychopatologií a sociopatologií.

„Artefiletika je reflektivní, tvořivé a zážitkové pojetí vzdělávání a výchovy, které vychází z vizuální kultury nebo jiných expresivních kulturních projevů (dramatických, hudebních, tanečních).“ ^{2 3}

„Artefiletika je moderní pojetí výtvarné výchovy, které využívá některých prostředků arteterapie. Navazuje na dobrou tradici české výtvarné výchovy, založené především na rozvoji tvořivosti dítěte“ (Slavíková et Slavík et Hazuková 2000, s. 10).

¹ Heuristickým pojetím zde míníme důraz na tvořivé myšlení podněcující tvůrčí výrazové procesy, může být podkladem pro kritickou argumentaci a vede ke specifickému kulturnímu i sociálnímu poznání.

² Informační zdroje : č. 3

³ Vizuální kulturou rozumíme výtvarné umění, vizuální stránky médií a estetické stránky hmotné kultury a přírody.

3.2 Vymezení pojmu artefiletika

Při konstituování názvu tohoto specifického pojetí výchovy uměním se podkladem stal článek Liory Breslerové z roku 1994, ve kterém autorka popisuje tzv. „filetické“ („philetic“) pojetí výtvarné výchovy. Toto je založeno na respektování osobních zkušeností i potřeb žáků. Prostředkem je zde reflektivní komunikace, která umožňuje současný rozvoj intelektuálních, ale i emocionálních dispozic žáků.¹

Samotný pojem artefiletika je spojením starořeckého slovního základu „fil“, který vyjadřuje vztah anebo příznivý postoj (ze starořec. Φιλειν- milovat) a latinského slova ars, artis, f.- umění.

Dle Slavíka (2001) můžeme základ „fil“ spojovat také s latinským významem, a to tkanina nebo síť, odkazujícím na symboliku spojování, vztahů a souvislostí.

Souvislost bychom také mohli najít s ideovým odkazem Filéta (Philétos) z Kou. Tento myslitel ve svém díle spojil dvě stránky: umělecký tvůrčí projev a přemýšlivou reflexi, což je typické také pro artefiletiku v dnešním pojetí. Jak praví Slavík (2001), metodicky je artefiletika založena na dvou navzájem spjatých aktivitách, a to expresi a reflexi.²

¹ Informační zdroje: č. 5

² Expresí zde rozumíme výrazový tvůrčí projev a reflexí náhled na to, co bylo zažito a vytvořeno.

V České republice byl pojem artefiletika představen v roce 1994, a od té doby se u nás tento směr vyvíjí.¹

3.3 Historie artefiletiky

3.3.1 Kořeny ve výtvarné výchově

Jak jsme již zmínili výše, artefiletika je reflektivní, tvořivé a zážitkové pojetí vzdělávání a výchovy. Nahlédneme-li tedy hlouběji do historie, zjistíme, že výtvarná výchova patří mezi obory, které mají ve všeobecném vzdělávání evropského typu nejdelší tradici. V českých zemích počíná již Obecným školním řádem z roku 1774. V r. 1869 bylo kreslení jako povinný učební předmět uzákoněno na všech školách v tehdejším Rakousku-Uhersku.

Za první didaktický materiál pro výtvarnou edukaci považujeme Komenského Informatorium školy mateřské a některé pasáže z jeho Didaktiky.

V historii výtvarné výchovy můžeme najít dvě polarity, neustále se prolínající a spolu soupeřící, a to pojetí „řemeslné“ a pojetí „humanistické“. Úvahy nás mohou dovést až do starověkého Řecka k filozofickému sporu starořeckého techné (naučitelné vědění, resp. dovednost) a jeho protipólu areté ("ne-naučitelná" ctnost, Dobro). Tento se stal zdrojem mnoha polemik uvnitř oboru až dodnes.

¹ Informační zdroje: č. 26

V r. 1963 vzniká v rámci UNESCO sloučením FEA (založena 1904) a pařížské INSEA (založena 1954) nová Mezinárodní organizace pro výchovu výtvarným uměním - světová INSEA (International Society for Education through Art). V té době výtvarná výchova dokončila obrat od „řemeslného“ pojetí ke kreativistickému, komunikačnímu a psychologizujícímu.¹

V devadesátých letech se v České republice začala uplatňovat koncepce zdůrazňující žákovskou reflektivní zkušenost. Anglickým termínem můžeme tento přístup označit jako „student-centered“ či „child-centered“, neboli přístup zaměřený na žáka, na jeho zkušenost a jeho „předporozumění“, se kterým vstupuje do vyučovací situace. Avšak již v sedmdesátých letech minulého století můžeme nalézt myšlenky aktivně provozované výtvarné výchovy coby prostředku pro rozvoj dítěte. Například Kortus (1977, s.10) zavádí pojem „výtvarně výrobní činnost“, který definuje jako výchovný proces, při kterém je dítě „aktivní a v průběhu práce rozvíjí svou emocionální oblast. Realizování výtvarných představ nutně vyžaduje korelaci myšlení, které pak podporuje vznik estetického cítění a nazírání společně s fantazií. Svůj podíl zde má i manuální práce ...“. Motivačním faktorem zde je prvek hry, hravé činnosti, která vede ke spontánní činnosti.

¹ Informační zdroje: č. 53

3.3.2 Pedagogický konstruktivismus

Nutnost brát ohled na osobní dispozice a zkušenosti spolu s významem komunikace odkazuje k pedagogickému konstruktivismu, který se v té době rozrůžňuje do většího počtu programových tendencí. Jsou jimi Art-centrická tendence, Video-centrická tendence, Gnozeo-centrická tendence a v neposlední řadě také Animo-centrická tendence, která je pro nás důležitá. Tento přístup předpokládá osobní angažovanost žáka v reflexi své životní zkušenosti, s důrazem na existenciální životní situace, které dávají umělecké tvorbě obsah a smysl. Za reprezentanty tohoto směru považujeme J. Davida, M. Pohnerovou, E. Linaje či J. Slavíka. (Podrobně viz Informační zdroje č. 54)

3.3.3 Vliv arteterapie

Zajímavostí byl silný vliv arteterapie, ale také hlubinné a dynamické psychologie, na vývoj výtvarné výchovy (zejména Animo-centrického proudu) u nás, a to zejména ve dvou směrech. Prvním byl důraz na sebepoznání a druhým bylo metodické využívání reflexe doprovázející a zhodnocující výtvarnou tvorbu.

Zkušenosti ale ukázaly, že komplexní přejímání arteterapeutických technik není vhodné pro školní prostředí, že je třeba zhodnotit, co je přínosné, a co je naopak potřeba ponechat výsostnému postavení terapeutickému. Z této potřeby vzešla nutnost formulace artefiletických základů tak, jak je předkládáme dnes. ¹

¹ Informační zdroje: č. 55

3.4 Přesahy artefiletiky

V artefiletice není tedy kladen důraz tolik na patologické stránky psychiky, na léčbu, jako je tomu u arteterapie, ale pozornost je soustředěna na rozvoj sociálních a reflektivních dovedností žáků. Prostředkem pro dosažení těchto cílů jsou výtvarný zážitek, imaginace a dialog. Právě v dialogu je kladen důraz na zasazení osobní reflexe do širších souvislostí poznávacích a kulturních. Toto je významným faktorem odlišujícím artefiletiku od arteterapie, ale i od výchovné praxe. S modernistickým (spontánně-tvořivým) pojetím výtvarné, respektive estetické výchovy, má artefiletika společný zájem o rozvoj tvořivosti, naopak liší se v pojetí umění (artefiletika pojímá umění jako poznávání prostřednictvím světa-tvorby), v oblasti metod (umělecká tvorba je prvním poznávacím krokem, na něj navazuje dialog, ve kterém se rodí vzdělávací motivy pro nové poznání) a v oblasti cílů (reflexe uměleckého zážitku „všedního dne“ v dialogu).

Na podobnosti a rozdíly mezi arteterapií a artefiletikou je zaměřena tato práce, proto se jimi budeme podrobněji zabývat níže.

3.5 Teorie

Artefiletika využívá ve své teorii pojmy terminologie pedagogického konstruktivismu, jakými jsou prop, prekoncept, sociokognitivní konflikt, koncept aj. Níže se pokusíme objasnit ty z nich, které chápeme jako stěžejní pro pochopení principu artefiletického pojetí.¹

¹ Informační zdroje: č. 39

3.5.1 Umělecké dílo

Artefiletika předpokládá umění všude kolem nás. Umění je samou svou podstatou hluboce zakotveno v životě všedních dnů (Slavík, 2001, s. 26). Toto pojetí navazuje na kulturu 20. století (Art-brut J. Dubuffeta, Ready-mades M. Duchampa, gestickou malbu J. Pollocka či akce A. Kaprowa). Umělecké dílo se stává dílem ve chvíli, kdy s ním do vztahu vstoupí člověk, který jej vnímá, chápe, ztvárňuje. Tomuto vztahu říkáme výrazová hra. A tato je nutnou podmínkou pro vstup do fikčního světa. Každou reálnou situaci vnímáme jako „dějový celek, který nějak prožíváme a nějak si jej pamatujeme. Situace, jichž jsme se účastnili, si zpravidla pamatujeme jako příběhy, ale prožíváme je jako (spolu)tvorbu“ (Mareš et al., 1996, s.44).

Funkci uměleckého díla spatřuje artefiletický přístup v ozvláštnění¹, „v překonání stereotypů průměrné každodennosti“ (Slavík, 2001, s.37). Ozvláštnění „... spočívá v přenesení předmětu z obvyklého způsobu vnímání do polohy vnímání nového, neočekávaného a překvapujícího“ (Perniola 2000, s. 141). Toto nám umožňuje znovu upřít pozornost k oblastem, které jsme již přestali vnímat. Řekněme s Rýdlovou (1999, s.81), že „zvláštností estetického je smyslovost, vázanost na předmětné objekty a jejich vlastnosti, vnímatelné jenom a pouze našimi smysly. Od této smyslové základny však zážitek krásy stoupá až k nejabstraktnějším a nejjemnějším odstínům myšlenky, ke sféře lidských významů a smyslu“.

¹ Opakem ozvláštnění je obvyklost, všednost a nuda (Slavíková et Slavík et Hazuková 2000).

Zuska (1994, s.10) uvádí, že „estetický zážitek není jen efemérní odbočkou z každodenního života, ale je jedním ze způsobů bytí subjektu, způsobů, kterými je jakožto Já a který toto Já spoludeterminuje i po odeznění bezprostředního estetického prožitku“. A na tomto principu obohacení prostřednictvím tvorby je postavena artefiletika. Pro to, aby umění jako oblast svobody a kreativní spontaneity mohlo vytvářet vícenásobné perspektivy, reality, možné světy¹, jeví se jako nezbytná schopnost imaginace (tamtéž).²

3.5.2 *Prop*

Propy nám umožňují vlastními smysly uchopit fiktivní svět, svět zobrazení našich niterných stavů, a jako projekce³ vstupují do našeho pozorování. Jak uvádí Slavík (2001, s.130) „Prop je výraz, který vystupuje jako náhrada (substituce) individua (resp. jiného výrazu), kterým on sám aktuálně není, ale jehož roli identifikuje, a zároveň

¹ Možný svět je „dějiště pro duševní obraz, záznam, stopu nebo výraz určité části určitého stavu světa, který za určitých podmínek mohl nebo může být skutečností (Slavík 2001, s. 270).

² Mít imaginativní schopnost (obraznost, představivost, fantazii) znamená, že člověk je schopen více či méně vědomě vidět obraz něčeho, co už nebo ještě není a co se možná nikdy ani nestane (Podrobně viz Slavíková et Slavík et Hazuková 2000, s. 151).

³ Projekce je proces, kdy výtvarný symbol vzniká jako promítání obsahů niterného světa člověka do konkrétní výtvarné formy.

„Projekce- (z lat. Proiciere, proiectum= hodit před sebe, vyvrhnout aj.) promítání, vkládání do něčeho“ (Slavík et Wawrosz 2004, s. 45).

předvádí (exemplifikuje) některé její vlastnosti.“ Propem může být cokoliv konkrétního, co můžeme smyslově vnímat, co si můžeme pamatovat a s čím můžeme do potřebné míry fyzicky i duševně zacházet. Může to být výtvarný artefakt, melodie, divadelní role atd.

3.5.3 Fikční svět

Pomocí propů se dostáváme do fikčního světa. Během pobytu ve fikčním světě, tedy když se člověk pohybuje v prostoru výrazové hry s uměleckým dílem, člověk zakouší umělecké zážitky, které mají podobu neurčitých dojmů, pocitů, prchavých představ či myšlenek. Jak píše Mareš et al. (1996, s. 44), „Pamětní obraz je nasycen doprovodnými emocemi, které oživují a zabarvují jeho významy viděné prizmatem osobní historie. Pamětní obraz je příběhem, v němž hrajeme roli jednoho z hrdinů. (...) Příběh chceme v první řadě zažít, prožít, popř. odžít“). Již Jean-Paul Sartre uvedl myšlenku, že umění vytváří prostředí nezávislé na realitě, které existuje jen v té míře, v jaké se mu autor a konzument poddají.¹ I zde tedy můžeme vysledovat nutnost osobní angažovanosti pro vstup do fikčního světa. Tuto plnou zážitkovou účast v procesu výrazové hry můžeme v podobném smyslu nazvat identifikací s estetickým (uměleckým) objektem nebo situací.² Zážitek z fikčního světa je ale jen prvním stupněm poznání. Ve fikčním světě nelze setrvat. Pokud by tomu tak bylo, hrozilo by upadnutí do bludů a halucinací, svět by se člověku stal nesrozumitelným a ohrožujícím, chyběl by mu „zdravý“ náhled, a tím tedy i schopnost orientace v životních situacích. Nutnou podmínkou tedy je psychická distance- odstup.

¹ Podrobně viz Perniola 2000, s. 112-114.

² Informační zdroje: č. 43

Jak uvádí Zuska (2001, s. 52-53), vnímatel se v rámci této estetické (psychické) distance pohybuje mezi hranicí, která „ ... je vymezena na jedné straně příliš malou „vzdáleností“ od objektu, tzv. poddistancováním, (...) začne považovat reprezentovanou (...) situaci za skutečnou (...) Druhou hranicí je tzv. předistancování, přílišné oddálení od estetického objektu, rovnající se ztrátě estetického zájmu.“ Jak píše Chvatík (2001), umělecká díla žijí zvláštní druh existence. Díky naší recepční aktivitě ožívají, otvírají nám svůj svět, a tím ovlivňují náš pohled na svět skutečný. Chvatík (2001) soudí, že umělecké dílo vnímáme jako realitu zvláště intenzivní, ale současně si uvědomujeme určitou „umělost“ této reality a její „fiktivnost“. Něco podobného zakoušíme při hře, odtud snad vznikl pojem výrazová hra.

Pokud schází odstup, hrozí již zmíněné zaplavení. Důležitým se tedy jeví vnímat situaci výrazové hry „jako kdyby“. Paralelu bychom mohli najít také v teorii terapeutického systému Na klienta zaměřeného přístupu. Jednou z hlavních podmínek úspěšné terapie zde je terapeutova schopnost empatie. Zároveň je ale zdůrazněna nutnost nejen vnímat pocity klienta, ale nenechat se jimi zaplavit. Terapeut se má do pocitů klienta vcítovat jen „jako kdyby“, aby mu zůstal prostor pro pomoc. Vždyť zaplavený terapeut není schopen vyrovnat se s vlastními pocity, natož s pocity klienta¹.

¹ Informační zdroje: č. 50

3.5.4. Prekoncept¹

Stejně tak, jak člověk vstupuje do fikčního světa s „předporozuměním“ závislým na osobních dispozicích a zkušenostech jedince, to nazýváme prekonceptem, na cestě zpět si opět odnáší jedinečné zážitky, které následně reflektuje a interpretuje. Mareš et al. (1996, s. 44) vysvětluje tuto následnou strukturovanou reflexi jako „návrat k situacím vnímaným jako příběhy (...). V pojetí prekonceptu můžeme vysledovat vliv hermeneutiky. Pro její zastánce rozumění neznámá pouhé pochopení výpovědi druhého, ale jde tu o to „vyložit věc ze svého úhlu pohledu (...), jak ke mně promlouvá“ (Pešková 1997, s. 25).

Reflexivní² dialog nad zážitky z fikčního světa umožňuje vznik vzdělávacích motivů, a tím tedy i možnost dalšího poznávání (Slavík 2001). Termínem vzdělávací motiv rozumíme uvědomění si souvislostí mezi osobní zkušeností jedince a širšími kulturními, případně sociobiologickými poznatky, které následně vede k zájmu o další poznávání a učení se (tamtéž).

¹ „Pre-koncept- z latinského conceptus= sebrání, pojetí, pojem, myšlenka, příp. početí, a prae (...) = předpona, zde vyjadřující prvotnost, předběžnost, „zárodečnost“ (Slavík et Wawrosz, 2004, s. 147).

² Reflexí rozumíme „zkoumavý návrat k tomu, co bylo zažito. Skládá se ze dvou navzájem neoddělitelných složek: (1) ze zpětného pohledu tvořícího a prožívajícího člověka na své vlastní aktivity, postoje a záměry a (2) z porovnání vlastního zážitku se zážitky ostatních lidí v podobné situaci. Úkolem reflexe je prozkoumat původní zážitek a vyložit, co se v něm nachází“ (Slavík, 2001, s. 271).

3.5.5 Hermeneutický kruh

Zpětný pohyb mezi fikcí a realitou můžeme vnímat jako metaforu hermeneutického kruhu, kdy dochází k cyklickému pohybu interpretace, která postupuje od předporozumění k hlubšímu porozumění, jež se stane předporozuměním pro další porozumění atd.

3.5.6 Sociokognitivní konflikt

Jedná se o vzájemné srovnávání prekonceptů jednotlivých účastníků v průběhu reflexivního dialogu. Teorie artefietiky vnímá tuto situaci jako možnost pro vzájemné obohacování se na základě:

- a) odhalení dosud skrytých rozdílů či shod mezi lidmi
- b) respektování jedinečnosti i vzájemné odlišnosti
- c) poznávání interpretační rozmanitosti
- d) vzájemného intelektuálního, citového i motivačního podněcování a inspirace.¹

Konkrétněji se v reflektujícím dialogu uplatňuje myšlení, člověk se učí rozumět vlastním postupům a jejich sociálním a kulturním souvislostem. Můžeme zde uvažovat o pojmu metakognice².

¹ Informační zdroje: č. 3

² Pozn. Metakognice = Poznávání nad poznáváním, „meta- za, mezi, po, nad, kognice viz. poznávání“ (Hartl 1993, s. 103, 88).

3.5.7 Konceptualizace námětu

Jde o vzdělávací a výchovný proces, v němž dochází k hlubokému poznávání konceptů ukrytých v námětu. Děje se prostřednictvím spojení výrazové hry a reflektivního dialogu. Slavík a Wawrosz (2004, s.173) uvádí následující definici „Konceptualizace námětu je proces, v němž žáci na základě své vlastní výrazové aktivity, její reflexe a interpretace, tj. za vynaložení přiměřené dávky kulturního úsilí podníceného učební úlohou, si uvědomují své vlastní prekoncepty a na jejich základě prostřednictvím reflektivního dialogu poznávají společné zážitkové a interpretační pole námětu- jeho koncept/koncepty“.

3.5.8 Koncept

Ačkoli jsou lidé vstupující do umělecké situace odlišní (vstupují do ní s rozmanitými osobními prekoncepty), přesto si dokáží navzájem porozumět. To je dáno termínem koncept. Koncept je výkladové pole výrazu či výrazového konstruktu. Ve své čisté podobě je koncept neuchopitelný (např. koncept láska). Mentálně je ale koncept přístupný a sdělitelný prostřednictvím prožitků, ty jsou závislé na osobních zkušenostech a dispozicích jedince, na jeho prekonceptech.¹

Kořeny myšlenky sdílení konceptů prostřednictvím významu můžeme najít v sémantice, tedy vědě „o významu“ (Peregrin 1998, s.1). Ta tvrdí, že výrazy² nemohou být označením mentálních entit, protože ty jsou výhradně subjektivní.

¹ Podrobně viz Slavík et Wawrosz 2004, s. 146-180.

² Připomeňme výše zmíněný pojem výrazová hra (subjektivní zážitky z fikčního světa) a reflexivní dialog (následné sdílení významů).

Na druhé straně významy mají funkci komunikační a jsou svou podstatou intersubjektivní.¹ Odtud plyne potřeba v artefietice subjektivní výrazy vyjadřovat a následně je komunikovat pomocí významů.

„Setkávání mezi lidmi je doprovázeno neustálou snahou nacházet rovnováhu mezi originalitou prekonceptů a potřebou dorozumět se s oporou v konceptech“ (Slavíková et Slavík et Hazuková 2000, s. 159).

V souvislosti s konceptem zmiňme ještě jeden pojem, a to situační typ. To je dle Slavíka (2001) abstrakce uložená v paměti, která reprezentuje všechny příbuzné významově shodné situace, tj. slouží jako jejich společný příklad.

3.6 Vstřícné pojetí výuky („Encounter curriculum model“)

Vzhledem k tomu, že učitel předem netuší, s jakými osobními prekoncepty² žáci do umělecké situace vstupují, nelze předem odhadnout, jaké zážitky budou prostřednictvím výrazové hry ve fikčním světě zakoušet, a jaké poznatky si tedy z ní odnesou do reflexivního dialogu, a jaké koncepty budou takto tedy vyzdviženy.

¹ Podrobně viz Peregrin 1999, s. 27-48.

² Přičemž prekoncepty jsou osobní individuální skutečnosti a neexistují dva naprosto totožné prekoncepty.

To je tedy důvodem, proč může učitel pouze předpokládat a předem orientačně formulovat cíle výuky, nicméně reálné cíle výuky se vynořují až v jejím průběhu. Tento pedagogický přístup nazýváme „Vstřícným pojetím výuky“¹. Zde na počátku stojí námět a učební cíle se ukazují až v průběhu výuky. Vstřícné pojetí výuky rozvíjí především tvořivost a emoční inteligenci².

3.7 Dimenze výrazové hry

Abychom lépe pochopili situaci artefietického díla, podívejme se na vztah mezi člověkem, tvůrčím dílem a ostatními lidmi. „...herní dimenze je způsob duševního a tělesného vztahování člověka k uměleckému výrazu, jímž se tento člověk zabývá, anebo k druhým lidem, k nimž se prostřednictvím tohoto výrazu obrací“ Slavík et Wawrosz 2004, s.241).

¹ Podrobně viz Slavík 1999, s. 79-86.

² Emoční inteligencí je dle Golemana (2000, s. 305) „schopnost vyznat se sám v sobě i v ostatních, vnitřní motivace a zvládání vlastních emocí i emocí cizích“. Goleman dále uvádí pět základních emočních a sociálních schopností, a to: 1. Sebeuvědomění, 2. Sebeovládání, 3. Motivace, 4. Empatie, 5. Společenská obratnost (Podrobně viz Goleman 2000, s. 306).

Tento vztah můžeme nahlížet ve třech rovinách^{1 2}, a to:

1. Výraz - zde aktér směřuje svou pozornost k vlastním pocitům, dojmům, náladám, postojům či myšlenkám. Věnuje se tedy plně vlastnímu prožívání tvorby, zároveň opadá zájem o faktický výsledek této činnosti či o adresáty tvorby.
2. Komunikace – v popředí zájmu zde je mezilidské sdílení. Aktér se zajímá o srozumitelnost a sdělnost svého výrazového projevu, cílem je působivé a pochopené dílo. Naopak zájem o prožitek procesu a výsledek činnosti není v centru pozornosti.
3. Forma³ – cílem je dobrat se dokonalosti ve výsledku tvorby. Požadavky publika ani vlastní prožitky nejsou brány příliš v potaz.

¹ Tyto roviny odpovídají třem okruhům tvůrčích činností v Rámcovém vzdělávacím programu: 1. uplatňování subjektivity, 2. ověřování komunikačních účinků, 3. rozvíjení smyslové citlivosti (Podrobně viz Slavík et Wawrosz 2004, s. 241-252)

² Informační zdroje: č. 13

³ Artefiletika neklade důraz na dokonalost výrazových forem, jsou pro ni jen prostředkem k výchovnému účinku. Avšak pozornost jim věnuje, a to jak z hlediska výrazové dimenze (kdy forma vypovídá o individualitě tvůrce), tak dimenze komunikativní (kdy je forma prostředkem sdělování).

Pro větší přehlednost uvádíme následující tabulku dle Slavíka a Wawrosze 2004, s. 245 (upraveno).

Jméno dimenze	hlavní cíl žáka	zaměřenost žáka	okruhy snížené pozornosti
Výraz	vyjádření	proces tvorby; prožitek	výsledek tvorby; dokonalost výrazu; adresáti tvorby
Komunikace	sdílení	působivost a srozumitelnost sdělení	dokonalost výrazu; osobní prožitek tvůrce
Forma	dokonalost výrazu	nalezení nejlepší alterace nebo variace výrazu	působivost a srozumitelnost sdělení

3.8 Fáze artefiletické výuky

Obvykle proces artefiletické výuky sestává ze čtyř fází, níže je zběžně popíšeme.¹

1. V první fázi bývá zařazena rozechřívací aktivita (ledolamka; ice-breakers), která slouží k uvolnění a naladění se na následné aktivity, k jistému přeladění z vnějšího světa na vnitřní svět jedince. Někdy slouží ke zpomalení tempa, jindy k aktivizaci, dle aktuálního stavu a potřeby účastníků.² Specifikem této fáze je, že se vedoucí skupiny účastní průběhu celé hry nebo její části jako její člen, což pomáhá vytvořit pocit pospolitosti celé skupiny.

2. Druhou fází je samotná výrazová hra. Ta je zaměřena na soustředěné vnímání, v této fázi se účastníci pohybují ve fikčním světě a pomocí propů jej uchopují. Formou a metodami bychom mohli průběh výrazové hry připodobnit k aktivitám v modernisticky pojaté výtvarné výchově, avšak přesahem zde je její zaměřenost na následnou reflexi a dialog.

3. Ve třetí fázi dochází k vystoupení z fikčního světa a účastníci mohou expresivně vyjadřovat zážitky ze svého pobytu v něm, například pomocí dramatizace atd.

¹ Informační zdroje: č. 3

² Prostorové uspořádání v kruhu a pocit bezpečí v artefiletické skupině dali vzniknout pojmu kruh bezpečí.

Tomuto způsobu říkáme expresivní interpretace. Druhou možností je reflektivní dialog¹, který probíhá za pomoci slov. Zde si účastníci poskytují zpětnou vazbu, která by měla být obohacující, nikoliv hodnotící.²

3. Poslední fáze je fází uzavírací. Jde vlastně o uplatnění aktivit, které mají podobnou funkci jako ledolamky, jen v opačném směru. Mají účastníky pevně ukotvit v reálném světě a připravit je pro vstup do něj.

¹ Sémantika nám připomíná, že „na jazyk je třeba se dívat nikoli jako na nástroj pouhého kopírování světa, ale jako na nástroj určité interakce se světem- interakce, skrze niž se mění i podoba, kterou svět pro uživatele jazyka má (Peregrin 1999, s. 48). Proto je nutné zacházet s reflexemi opatrně.

² „Zpětná vazba nehodnotící (angl. NONEVALUATIVE FEEDBACK)- komentář určité situace, ve kterém není obsažen zjevný hodnotící soud, ale pouze potvrzení o tom, že mluvčí bere na vědomí a nějak prožívá určitou situaci, pracovní postup apod., aniž by o tom vyslovil hodnotící soud“ (Slavík, 1999, s.186).

4. SHODY

- **Umělecké dílo**

Z výše uvedeného vyplývá, že oba přístupy pojmají výtvarnou činnost jako prostředek osobního vyjádření, neusilují tedy o dokonalost výsledného produktu činnosti či o jeho uměleckou hodnotu.

- **Subjektivita vnímání**

Oba přístupy taktéž ctí předpoklad subjektivity vnímání, neexistují tedy žádní dva jedinci, kteří by naprosto stejně pohlíželi na svět okolo.

- **Vnímání skrze mentální reprezentace**

Člověk vnímá svět kolem něj prostřednictvím mentálních reprezentací o něm. Jejich vytváření je ale ovlivňováno jeho postoji, dosavadními zkušenostmi atd. Proto můžeme říct, že neexistuje jediná realita, ale je tolik realit, kolik je lidí. Mentální reprezentací myslíme obraz v mysli člověka vypovídající o jeho představě o daném jevu.

- **Práce se symbolem**

Symbol nám umožňuje díky své vícestupňovosti objevovat věci hlouběji ukryté. Symbol můžeme zažívat, reflektovat, ale i interpretovat.

- **Zážitek, ozvláštnění**

I v arteterapii, i v artefiletice má výtvarná činnost funkci ozvláštnění, zážitkovou. Tvořící osoba zapomíná na čas a přestává vnímat své okolí, tento stav můžeme připodobnit termínu „fenomén Flow“ Mihailie Csikszentmihalyie.

- **Tvořivost**

Oba přístupy nalézají svou podstatu v tvořivosti, která je přirozenou lidskou dispozicí. Můžeme ji spojovat s Rogersovou „sebeaktivační tendencí“, kdy jedinec tenduje k sebepřesahování a seberozvoji.

- **Práce s výrazem, významem a mentálními světy**

Oba přístupy vystupují prostřednictvím výrazu z reálného světa do světa fikčního či možného, tak jak to popisuje Slavík (2001). Subjektivita výrazu je následně komunikována prostřednictvím významu, který již má intersubjektivní charakter a umožňuje sdílení. V tomto postupu dochází k odhalování individuality mentálních světů, které si tvoříme v rámci naší snahy o uchopování reality.

5. ROZDÍLY

- **Historie**

Oba přístupy vycházejí z odlišných historických kořenů. Zatímco arteterapie se rodila na poli psychoterapie a východiskem jí byl tedy medicínsko-společenský vývoj, artefiletika se formuje jako speciální disciplína z pedagogických kruhů, její východisko je tedy kulturně-historicko-společenské.

- **Výskyt**

S oblastí zrodu úzce souvisí také výskyt provozovatelů obou přístupů. Arteterapii nejčastěji nalezneme ve zdravotnických zařízeních, ale artefiletiku by bylo lépe hledat na půdě výchovně-vzdělávacích institucí.

- **Pojmy**

Arteterapie i artefiletika na základě odlišného vývoje pracují každá s jinou pojmovou sadou. Artefiletický slovník zahrnuje pojmy jako prekoncept, koncept, prop, situační typ, výrazová hra, sociokognitivní konflikt apod., tedy pojmy pedagogického konstruktivismu. Naproti tomu arteterapie operuje pojmovým aparátem totožným s pojmy užívanými v různých přístupech v psychoterapii. Jsou pojmy, které využívají jak arteterapie, tak artefiletika, například regrese, přenos, avšak každá v jiném významu. Zatímco arteterapie se více přidržuje klasické definice tak, jak byla stanovena klasiky psychoanalýzy, artefiletika s těmito pojmy zachází volněji.

- **Diagnostika versus seberozvoj**

Zatímco arteterapie se přidržuje MKN-10 či DSM IV, zabývá se diagnózou a následnou terapií, léčí tedy problém, se kterým pacient přichází do arteterapie, artefiletika

si takovéto cíle neklade. Jde jí především o výchovu, seberozvoj jedince. Zasazuje osobní zkušenost účastníka do širších socio-kulturních souvislostí, a tím překračuje terapeutický rámec ve prospěch rámce vzdělávacího.

- **Trvání**

Vzhledem k tomu, že arteterapie primárně léčí problém klienta, bývá ukončována po jeho vymizení. Má tedy omezenou dobu trvání. Na druhou stranu artefiletické vzdělávání nikdy nekončí, není ničím omezeno.

- **Techniky**

Arteterapie si pro své terapeutické účely vyvíjí vlastní nástroje, metody a techniky, které nejlépe poslouží terapeutickému procesu v daném konkrétním případě. Naopak artefiletika využívá metod již známých, opírá se o znalosti umění, například posmodernistické techniky- muchláže, bodyart atd. V arteterapii jsou artetechniky zařazovány cíleně a izolovaně, zpravidla proto, aby byl získán materiál pro zpracování určitého tématu, časté je opakování osvědčených technik. Na druhou stranu dialog v artefiletice nemívá tak silnou osobní naléhavost jako klinický a je spíše podněcován naléhavostí kulturně-humánní. Opakování osvědčené techniky tu není podmínkou úspěchu, právě naopak.¹

¹ Informační zdroje: č. 38

- **Aktivita**

V arteterapeutickém procesu sehrává výraznější roli arteterapeut, který aktivněji zasahuje do dění a řídí terapeutický proces. Poskytuje klientovi zpětnou vazbu (pokud nemluvíme o arteterapii prvopocesové, tam pouze vytváří podmínky vhodné pro tvorbu). Hovoříme-li o dialogu, v arteterapii do něj zasahuje arteterapeut významnou měrou. V artefiletice je kladen větší důraz na skupinové procesy, na zpětné vazby v rámci skupiny, jednotlivých členů skupiny na sebe navzájem, sloužící k obohacení osobních rámců účastníků v reflexivním dialogu, kde dochází k sociokognitivnímu konfliktu.

- **Interpretace versus reflexe**

Jak již z výše uvedeného vyplývá, interpretace je spíše doménou arteterapie, zatímco reflexivní dialog již svým názvem napovídá, že v artefiletice kraluje královna reflexe. V arteterapii zakouší pacient zážitek ve fikčním světě, poté ze symbolu vystoupí a pohybuje na poli interpretace „nad symbolem“. V artefiletice zažívá účastník události ve fikčním světě, vstupuje tak do symbolu a vystupuje z něj se zkušeností, kterou může přenést do reálného života, a na základě reflexivního dialogu se o zážitky podílí s ostatními účastníky.

- **Osamostatňování**

Obě disciplíny ještě nejsou plně etablovány, jejich postavení je v neustálém vývoji. Arteterapie se snaží o vyčlenění z lůna psychoterapie, usiluje o jasné vymezení rozdílů mezi ní a ergoterapií, a artefiletika se zatím vymezuje vůči pedagogice.

- **Formy**

Arteterapie může probíhat individuálně, skupinově, kolektivně, formou rodinné arteterapie, arteterapie matek s dětmi atd., a v těchto formách je u nás také realizována. Na rozdíl od těchto mnoha možností je artefiletika uskutečňována pouze skupinově. O reflexivním dialogu bychom však mohli hovořit i v individuální či jiné formě artefiletického setkání, kdy například v individuální podobě může být reflexivní dialog veden pouze mezi účastníkem a vedoucím. Avšak tato podoba se u nás nevyskytuje. Důvodem může být obtížnější realizace z hlediska organizace (výuka probíhá většinou ve třídě, ve skupině), a dalším faktorem, který může být ve hře, je ztráta zisku ze setkání s dalšími lidmi, obohacení z tohoto setkání na základě rozmanitosti lidských osobností, způsobů uchopování světa atd.

EMPIRICKÁ ČÁST

METODOLOGIE VÝZKUMU

VÝZKUMNÁ ZJIŠTĚNÍ

DISKUSE

6. EMPIRICKÁ ČÁST

6.1 Metodologie výzkumu

6.1.1 Vymezení pojmů

V teoretické části této práce jsme podali nástin seznámení s pojmy arteterapie a artefiletika, zaměřili jsme se na zmapování jejich styčných bodů, ale také odlišností. Připomeňme tedy, že:

Arteterapie je formou terapie, ve které vytváření vizuálních představ (malování, kreslení, modelování atd.) za přítomnosti kvalifikovaného arteterapeuta přispívá k externalizaci myšlenek a pocitů, které by jinak zůstaly nevyjádřené.

Artefiletika je reflektivní, tvořivé a zážitkové pojetí vzdělávání a výchovy, které vychází z vizuální kultury nebo jiných expresivních kulturních projevů (dramatických, hudebních, tanečních).

6.1.2 Záměr

Na základě osobní zkušenosti, která vyvolala další zájem o tuto problematiku, a dále s oporou výše uvedených teoretických znalostí, jsme zaměřili naši pozornost na možnost srovnání přístupů arteterapeutického a artefiletického v praxi.

Chtěli jsme zjistit, jak účastníci arteterapeutických a artefiletických skupin vnímají tyto dva přístupy, co od nich očekávají a co si z nich odnášejí. Kladli jsme si otázku, v čem budou dojmy a zkušenosti z obou přístupů podobné, jaké budou mezi nimi rozdíly? Naznačí získané informace důležitost rozlišování těchto dvou přístupů, zejména jejich

praktického využití, anebo nezjistíme žádné významnější rozdíly? Budou naše zjištění odpovídat teoretickým předpokladům tak, jak jsme je uvedli výše?

6.1.3 Metoda

K výzkumu jsme využili kvalitativní metodologie, a to z důvodu, že naším cílem bylo hlubší porozumění dané problematice, odhalení podstaty obou jevů, získání detailních informací o nich. Svoje výzkumné snažení jsme opřeli o metodu Zakotvené teorie v pojetí autorů Strausse a Corbinové¹. Autory Zakotvené teorie (grounded theory) jsou Glaser a Strauss. Výzkum založený na zakotvené teorii je kvalitativní výzkumná metoda, který používá systematický soubor postupů ke tvorbě induktivně odvozené zakotvené teorie o nějakém jevu. Taková teorie by měla být validní, v souladu s pozorováním, zobecnitelná, reprodukovatelná, přesná, kritická a ověřitelná. Postup zakotvené teorie sestává z tří kroků, otevřeného, axiálního a selektivního kódování. My jsme se přidrželi prvního z nich, tedy otevřeného kódování, které umožňuje rozebírat, prozkoumávat, porovnávat, konceptualizovat a kategorizovat údaje.

¹ Informační zdroje : č. 45

6.1.4 Vzorek

Vzorek tvořilo 10 respondentů, tedy N= 10, z nichž 5 právě prodělávalo arteterapeutickou zkušenost a dalších 5 někdy prodělalo zkušenost artefiletickou.

N	Pohlaví	Diagnóza	Věk	Vzdělání	Zkušenost	Místo
Paní J.S.	žena	deprese	46	SŠ	arteterapie	PL- Jihlava
Slečna Z.	žena	deprese	22	SOU	arteterapie	PL- Jihlava
Paní D.	žena	deprese	36	SŠ	arteterapie	PL Brno-Bohunice
Paní J.M.	žena	deprese	54	ZŠ	arteterapie	PL Brno-Bohunice
Paní Z.	žena	bipolární afektivní por. por. příjmu potravy	24	SPedŠ	arteterapie	PL Brno-Bohunice
Pan O.	muž	bez diagnózy	29	VŠ	artefiletika	PhDr. Bažantová- Hradec Králové
Paní M.	žena	bez diagnózy	26	VŠ	artefiletika	PhDr. Bažantová- Hradec Králové
Pan J.	muž	bez diagnózy	27	VOŠ	artefiletika	PhDr. Bažantová- Hradec Králové
Paní Z.	žena	bez diagnózy	27	VŠ	artefiletika	PhDr. Bažantová- Hradec Králové
Pan L.	muž	Smíšená porucha osobnosti	27	SŠ	artefiletika	o.s.Baobab

6.1.5 Sběr dat

Sběr dat probíhal v letech 2006-2007. Respondenti byli osloveni prostřednictvím o.s. Baobab, PhDr. Mariany Bažantové, Psychiatrické léčebny Jihlava a Psychiatrické léčebny Brno- Bohunice. Rozhovorům předcházela kontakt s dotazovatelem prostřednictvím společné účasti ve skupinách (arteterapeutických, artefiletických), což jak jsme doufali, umožnilo dostatečnou otevřenost respondentů. Polostrukturovanost rozhovorů umožnila zároveň udržet výzkumnou linii, ale také dovolila obohacení výsledků o nově se vynořující aspekty výzkumné otázky.

Po zformulování výzkumné otázky jsme na základě teoretických znalostí stanovili základní kategorie, které jsme uvažovali jako důležité, v nichž se oba přístupy, arteterapeutický a artefiletický, odlišují. Ty jsme shrnuli do následující tabulky.

ARTETERAPIE

ARTEFILETIKA

1.	výskyt	zdravotnická zařízení	pedagogická a výchovná zařízení
2.	zdroj	individuální zkušenost	osobní prekoncept
3.	metody	nové techniky	známé techniky (postmoderna- bodyart, muchláže,...)
4.	předmět	zabývá se problémem	nemusí být nutně přítomný problém, situační typ
5.	princip	zážitek ve fikčním světě vystoupení ze symbolu interpretace (být nad symbolem) pohyb v možném světě	zážitek ve fikčním světě (vstup do symbolu) prožitek vystoupení ze symbolu se zkušeností, ta může mít dosah do reálného světa, reflexe
6.	trvání	omezené, do vymizení problému	neomezené, lze po celý život
7.	aktivita	větší role terapeuta	celá skupina
8.	pojem	konotace ?	konotace ?
9.	přístup	terapeutický	sebezkušenostní, seberozvojový
10.	východisko	medicínsko-společenské (psychiatrie)	kulturně-historicko-společenské

Na základě těchto okruhů jsme sestavili kostru otázek polostukturovaného rozhovoru (viz Příloha č. I). Čísla v závorkách udávají odkaz k okruhům z výše uvedené tabulky. Po provedení rozhovorů (přepisy rozhovorů viz Příloha č. 2) jsme tyto podrobili

otevřenému kódování. Touto metodou jsme dosáhli výsledků, které níže uvádíme. Pro přehlednost jsme zvolili tabulkovou formu vyjádření našich zjištění. V části „8.1 Diskuse“ shrneme výsledky také slovní formou.

7. Výzkumná zjištění

7.1 Příčinné podmínky

7.1.1 Vstup- motivace

Arteterapie	Artefiletika
odeslání lékařem	Vlastní rozhodnutí zúčastnit se

7.1.2 Očekávání

Očekávání od arteterapie	Společná očekávání	Očekávání od artefiletiky
Věštění z obrázků (odhalování problémů v nich)	Poznat víc sama sebe	Dobrodružství, něco nového
	Obava z nedostatečné techn. zručnosti	Zajímavost, nevšednost
	Obava z nesrozumitelnosti děl pro ostatní	Poznat nové lidi, vedoucího
		Překonávání vlastních hranic a dobrý pocit z toho
		Znalosti, co je to arteterapie a artefiletika- zisk do praxe
		Katarze, ventilace, uvolnění
		Zkusit nové techniky
		Poznat sebe v nových situacích
		Dozvědět se něco o vnímání sebe sama i ostatních

7.1.3 Umění

Umění - Společné pro arteterapii i artefiletiku	
2 principy účinu umění na konzumenta:	1/ na základě podobnosti- zrcadlení pocitů autora 2/ na základě nedostatkovosti- přání, kompenzace
2 způsoby uchopování umění:	1/ pocitovost, nechat na sebe působit 2/ ratio, odborné znalosti, techné
Účin umění:	vystoupení z šedi
	působivost, pocitovost, oslovení, atmosféra, obrazy, vzpomínky, vůně
	vnitřní rezonance, ponoření se do toho, prochází to mnou, něco to se mnou dělá, něco mi to dává
	situačnost, příběhovost, fantazie, svoboda
	respekt a obdiv k umění
	intuitivnost
Prostředky účinu umění:	barvy jako výrazový prostředek
	umění jako projekční plátno
	perspektiva (hloubka, neohraničenost)
	dynamika
	témata
	nedůležitost odborných znalostí

7.1.4 Artefakt

Arteterapie	Společné	Artefiletika
zaměřenost na interpretaci	nevšednost tvorby	zaměřenost na proces
	spontánní vznik	
	důležitost výrazu (obsahu ne formy)	
	2 funkce: 1/ katarze -zážitek teď a tady a jeho následné opuštění, užitek z tvorby samé, aktuální stav 2/ orientace - prožitek teď a tady a jeho následný rozbor, orientace, náhled, zdroj informací, analýza.	
	2 subkategorie: 1/ blízkost díla - oslovující, srozumitelné, podobnost s mým uchopováním světa, pocit sounáležitosti-blízkosti 2/ cizost díla - rozdílnost, neoslovující, nesrozumitelné.	
	2 subkategorie: 1/ spokojenost s dílem - jde o proces, ne o výsledek, dílo pro mě, ne pro jiné, "můj obrázek", prožitek z tvorby 2/ nespokojenost - mám ideu, co má dílo vyjadřovat, ale díky techn. nezručnosti nejsem spokojená	

7.2 Jev

7.2.1 Princip

Společné
Filtrace zkušeností přes „Já“, osobní zkušenosti – uvědomění si rozmanitosti (výtvarného projevu, prožitků i témat za díly, osobností, zkušeností,...)
Srovnávání s díly ostatních jako zdroj poznání, srozumitelnost skrze jejich výkladový rámec
Pozorování procesu druhých
Prožitek teď a tady- a jeho následné uchopení a zarámování
Vytryskne nevědomí- pomocí tvořivého procesu vynesení na povrch, vědomá kontrola nad kresbou je zdánlivá, probíhá nevědomá projekce (důkaz: ostatní vidí i to, co člověk sám nechce)
Rozšifrování artefaktu, symbol jako cesta do hlubin, zakódovaná sdělení
Přenos i mimo artefakt- do reálného života (obraz je ukázkou uchopování světa člověkem v malém)
Katarze, abreakční potenciál
Zdroj témat k přemýšlení i ex post
Neverbální komunikační kanál- srozumitelnost obecná (důkaz: shoda pozorovatelů)
Zpětná vazba od ostatních- co to se mnou dělá, jak to mám já, přebrat si to
Nejde o formu, ale obsah díla (témata)
Zážitky jako cenný zisk (podnět pro další rozvoj)
Cesta přes pocity
Obraz aktuální situace teď a tady

7.2.2 Vlastnosti

Společné pro arteterapii a artefietiku
Ozvláštnění (nevšednost)
Odreagování (odpočinkovost)
Pohlčení (flow)
Energetizace
Příjemnost (tvorby) x ne každá reakce na artefakt musí být příjemná, ale užitečnost
Užitečnost (přínosnost)
Překvapivost (funguje to- srozumitelnost, shoda s ostatními, ...), fascinace
Spontaneita (uvolněnost)- lehká fáze, vystoupení z rigidity, tvořivost
Inspirativnost
Intenzita
Autonomie
Lákavost, objekt těšení se
Objekt zvědavosti
Sebepoznávací potenciál
Hravost

7.3 Kontext

Společné pro arteterapii a artefiletiku
2 strategie přístupu k procesu: 1/ intuitivnost , pocitovost, přirozenost, lidskost, nechat to na sebe působit (neg. neuchopitelnost, nepřehlednost, ohrožení pocity)
2/ pragmatismus , analýza, neschopnost poddat se pocitům, odstup, brát v úvahu jen tvrdá data (neg. nefunguje to, obrázky nevypovídají, nedůvěra v ostatní- jak na to přišli?)
2 strategie přístupu k procesu: 1/ angažovanost (vložit se do toho)- srozumitelnost
2/ odstup , abstrahovat od sebe- nesrozumitelnost
2 strategie přístupu k procesu: 1/ předsudečnost (interní teorie brání vnímat druhé lidi, nedůvěra, neschopnost orientace)
2/ nepředsudečnost (otevřenost, zisk nových informací a zkušeností)
„Pustit jistoty, aby člověk mohl něco získat“, jistoty: ratio, teorie, škatulky,....
Otevřenost účastníků (čím vyšší otevřenost, tím vyšší zisk), otevřenost i k nepříjemným věcem, nastavit se na příjem informací, chuť objevovat, ochota přemýšlet, odvaha
Otevřenost vedoucího
Pocit bezpečí
Odhodlání jít do toho (poddat se tomu), odhodit despekt
Fantazie, kreativita
Překonání sebepodceňování
Schopnost přijímat a respektovat názor druhého
Interaktivita
Nehodnotit
Nestrannost
Trpělivost
Technická zručnost není podmínkou, vystoupit ze stylizace, rigidity
Opravdovost, upřímnost
Vyladění na skupinu
Vnímavost
Anonymita (klad- nestrannost, nepředsudečnost x zápor- pocit ohrožení)
Čím vyšší předešlá zkušenost, tím vyšší odvaha, a tím vyšší aktivita
Čím vyšší bezpečí, tím vyšší otevřenost (stáří skupiny)
Technické předpoklady: počet účastníků (velký počet- málo prostoru- povrchnost), fyzikální podmínky (světlo, prostor, vzduch,...)
Pro zisk je nutno investovat něco ze sebe, mít pocit, že se investice vrátí, že to za to stojí
Zkoušet nové techniky
Potlačit ego- poslouchat ostatní (dát prostor, zároveň respektovat jiný názor)

7.4 Intervenující podmínky

7.4.1 Skupina

Arteterapie	Společné	Artefiletika
<u>Jedinec ve skupině:</u> sám za sebe, práce s probl., skupina jako podpora, důl. je interpretace artefaktu.	Různé skupiny fungují různě (dle osobnostního složení) Bezpečí, důvěra Domáckost (intimita, sdílení)	<u>Skupina jedinců:</u> skupina vnímána jako prostředek sebezpoznání, obohacení, prožitek a reflexe artefaktu ve skup.
Uznání, ocenění	druhy: <u>Uzavřenost</u> (stálost členů)	Skupina osobnostně zajímavých lidí se zajímavými postřehy
Podpora, povzbuzení	<u>Otevřenost</u> (nestálost)	
Pochopení	Sounáležitost, soudržnost	
Nebýt na to sám	Zájem	
Pocit, že mě mají rádi	Přirozenost, spontaneita	
Přátelství, hloubka vztahu	Různost pohledů, názorů	
Možnost testovat své chování ve skupině (projevit se)	Potvrzení sebe sama Druzí lepší náhled mě, (já vidím jen to, co jsem schopná a chci vidět)	

7.4.2 Vedoucí

Arteterapie	Společné	Artefiletika
<u>Vedoucí= věštec, expert,</u> direktivita, interpretace, trefnost	Autorita: čím je vnímán vedoucí jako větší autorita, tím důležitější jsou jeho interpretace či reflexe pro účastníky	<u>Vedoucí =facilitátor,</u> <u>průvodce,</u> motivátor, nabízí, nedirektivita, více možností, reflexe Zprostředkování teoretické základny
	Sympatie má vliv na ochotu investovat sám sebe do procesu, na pocit bezpečí	
	Styl vedení: 1/ <u>Aktivita</u> - zasažení účastníků vlastním problémem, menší kapacita pro ostatní účastníky, větší aktivita vedoucího 2/ <u>Laissez-faire</u> - není zasažení vlastním problémem, více prostoru vnímat ostatní	
	Osobitost	
	Postřehy na základě zkušeností	
	Dostatek prostoru	
	Uklidnění+dodat odvahu malovat	
	Jasnost, srozumitelnost,čitelnost	
	Citlivost	

7.4.3 Technika

Arteterapie	Společné	Artefiletika
Výtvarná činnost	<p>Vlastnosti:</p> <p>1/ <u>individualita</u>- dostatek prostoru tvořit, zůstat s dílem sám, individ. poznávání</p> <p>2/ <u>interaktivita</u>- akčnost, dynamika, interpersonální poznávání</p> <p>1/ <u>běžnost</u>- známost (malba, kresba)</p> <p>2/ <u>neběžnost</u>- neznámost (assemblage, psaní příběhů, imaginace,...)</p> <p>Dle osobnostních dispozic vyvolává neznámost buď těšení se na novou zkušenost, anebo pocit ohrožení typu neznám to, neumím se v tom pohybovat)</p> <p>1/ <u>kontrola</u>- možnost oprav, skrýt něco, pocit "mám to ve svých rukou" (pastelky, tempery,...), ale i omezenost.</p> <p>2/ <u>nespoutanost</u>- pocitovost, neohraničenost, emocionálnost, neuchopitelnost, přesahovost (vodovky,...)., ale i neovladatelnost, neopravitelnost.</p> <p>1/ <u>vizuálnost podnětů</u></p> <p>2/ <u>zapojení dalších smyslů</u>, (př. haptika- hlína, pastely, prstové barvy..)</p> <p>další kanál pro vjemy, neběžnost, pocitovost, vzpomínky, příjemnost, ale i nepříjemnost, kontakt, blízkost, zašpinit se.</p>	Transformace výrazu (výtvarná činnost, práce s hudbou, tělem atd.)

7.4.4 Rituály

Arteterapie	Artefiletika
Funkce tvorby bezpečí a jistoty	Rituály jako zdroj potěšení, zkušeností.
Stejný zasedací pořádek- pocit jistoty	Nové zkušenosti Překonávání vlastních hranic
Čaj- aroma, atmosféra, pocit pospolitosti, úcty	Setkání s otevřenými, nadšenými a kreativními lidmi
Diskuse nad díly	Zodpovědnost za to, co si odnesu- investice x zisk Nedirektivita

7.5 Strategie jednání a interakcí

7.5.1 Zadání

Společné	
Vlastnosti:	1/ <u>direktivnost</u> - výzva, obdoba úkolu ve škole, poprat se s tím
	2/ <u>volnost</u> , flexibilita- alternativnost, individuálnost, dle aktuálních potřeb
	1/ <u>vědomost</u> - zdánlivá kontrola nad procesem tvorby
	2/ <u>nevědomost</u> - v tvorbě se projeví nevědomá témata
	Zadání = projekční plátno
	Spontánnost tvůrčího procesu (Flow fenomen)
	Překvapivost
	Přínosnost
	Záměr předem (katarze) x vyplyne

7.5.2 Témata

Arteterapie	Společné	Artefiletika
<u>Problematické oblasti</u>	<u>Existenciální témata</u>	<u>Sebepoznání, hravost</u>
Nefunkční vzorce chování	Minulost, přítomnost, budoucnost	Aktuální stav, nálada
Já jako aktivní hybatel	Já a moje místo ve světě	Naladění na skupinu
Moje zodpovědnost	Výhled do života, smysl života	Osobnostní charakteristiky
Umět pustit, nechat plynout	Interpersonální vztahy, komunikace	Jak člověk funguje
Sebedůvěra		Kreativita, hravost
Hierarchie priorit		Sny, přání, fantazie
Přání (nedostatkovost)		
Chaos- uspořádat si život		

7.6 Následky

7.6.1 Zisky

Arteterapie	Společné	Artefiletika
<u>Závažnost</u>	Další komunikační kanál- neverb.	<u>Lehkost</u>
Ponaučení	Jiné úhly pohledu (výchozí rámce)	Hravost, uvolnění
Transfer do reálného života	Pocit- funguje to!	Překonání vlastních hranic
Princip zevnitř-ven	Námět k přemýšlení- i ex post	Vystoupení z rigidity, klišé
Pomoc	Pocit vlastní kompetence- Překonání výtvarného	Inspirace k tvořivosti, kreativitě
Uvědomění si nepříjemných věcí (možnost práce na nich)	komplexu, můj projev je srozumitelný	Nevšední zážitky
Externí hybatel- postrčit	Srovnání si hierarchie priorit	Zkušenosti do vlastní praxe
Abstraktní myšlení- další způsob nahlížení věcí		Setkání se zajímavými lidmi- obohacení
Vizuální zapamatování- podpora		Teoretické obohacení- nové souvislosti
Tréninkové pole		Radost z tvorby, očekávání
Prožitek		Situační upomínka- nahlížení jinak
Uspokojení z práce na tématech		Obohacení účinem tvorby
		Uvědomění si prožívání dalším způsobem

7.6.2 Trvání

Společné
Kdo okusil, nemá dost, chce víc
Počet setkání: 1/ 1.setkání- buď obavy z techn. zvládnutí anebo lákavost 2/ vícere setkání- tendence k výměně rolí- předat to dál

7.6.3 Přání

Arteterapie	Společné	Artefiletika
<u>Více času jít do hloubky</u>	Sdílet to s blízkými	<u>Více času na hrátky,</u> transformaci
Větší váhu arteterapii v procesu průběhu nemoci (dg. vodítko)	Seznámit se s tím a dále se tomu věnovat	výrazu, tvořivost
		Technické zázemí: více fyzického prostoru více mužů- účastníků- bipolární přístup, gender, obohacení

7.7 Konotace pojmů arteterapie, artefiletika

	Pojem Arteterapie	Pojem Artefiletika	Společné
Zkušenost s arteterapií	<u>sympatičnost</u> díky známosti (umím si to představit) možnost další práce- terapie	<u>nepříjemnost</u> neznámost tohoto pojmu asociace- filatelista jen hraní	
Zkušenost s artefiletikou	druh terapie, sanace práce s problémem terapie=léky, elektrošoky, ne něco tak éterického <u>moudřejší, racionálnější</u>	prožitkové malování, tvoření zdravý jedinec směřování, smysl života asociace- filologie - filos, filosofie <u>hravost, volnost, vzletnost</u> hledání, postupné nacházení posun od negativního vnímání v době neznalosti k pozitivní konotaci po osobní zkušenosti	není jasná hranice tvořivost investice- zisk odhodit despekt

8. Diskuse

Náš výzkum vycházel z teoretických znalostí a osobních zkušeností, které nám pomohly formulovat předpoklady o shodách a rozdílech mezi přístupy arteterapie a artefiletiky. Pomocí polostrukturovaných rozhovorů s respondenty (N=10) jsme zamýšleli získat obraz toho, jak situaci arteterapeutického či artefiletického setkání vnímají její účastníci. Prostřednictvím jejich pohledu nazřít shody a odlišnosti v obou přístupech. Tento nástin by mohl sloužit ke srovnání teoretických předpokladů jednotlivých přístupů s pohledem reálných lidí v životních situacích. Během zpracování údajů metodou otevřeného kódování krystalizovala zajímavá zjištění, která nyní předkládáme.

8.1 Výsledky

8.1.1 Zjištěné rozdíly v obou pojetích

Za stěžejní fakt, který jsme uvažovali při tvorbě naší koncepce, považujeme základní předpoklad odlišnosti použití obou přístupů, a to arteterapie na poli terapeutickém, a artefiletiky na poli výchovně- vzdělávacím. V souladu s touto premisou jsme se setkali s arteterapií na poli zdravotnických zařízení, zatímco artefiletika měla formu dobrovolné seberozvojové volnočasové aktivity. S tím také úzce souvisí skutečnost, že na arteterapii byli pacienti odesíláni svými lékaři, zatímco vstup na pole artefiletických zážitků byl zcela dobrovolný. Tato skutečnost zřejmě mohla ovlivnit také to, jak byl celý proces účastníky dále vnímán. Zatímco absolventi arteterapeutického setkání vnímali účast na arteterapii jako období školního úkolu, se kterým se měli „poprat“, účastníci artefiletických skupin se v zadaných tématech cítili volněji.

Také očekávání, se kterými do procesu účastníci vstupovali, se v obou skupinách lišila. Zatímco se objevil předpoklad, že arteterapeut podoben věštci vyčte problémy pacienta z jeho obrázků¹, a dále bude společně s pacientem na těchto tématech pracovat, frekventanti artefiletických kurzů vstupovali do procesu plni očekávání hravého procesu a dobrodružství, které jim má zprostředkovat možnost sebepoznání, nikoli s apriorní potřebou vyřešit nějaký aktuální tíživý problém.

Již samotná aktuální přítomnost či nepřítomnost problematických zkušeností na straně pacienta- klienta, do značné míry ovlivňuje průběh celého procesu. Člověk řešící v současnosti tíživou životní situaci, je jí do značné míry zaujat, většinu svých sil a energie investuje do překonání této krize. V arteterapeutickém prostoru tedy hledá zejména pomoc v odnětí tohoto břemene. Arteterapeutická skupina mu funguje jako zdroj podpory, ocenění a pocitu, že „na to není sám“, díky čemuž může se svým problémem nějakým způsobem dále nakládat. Jedinec je více zaměřen sám na sebe, zůstává mu méně prostoru na vnímání ostatních účastníků, na jejich reflektování, je více nastaven na reflektování svého díla ostatními. Na druhé straně na poli artefiletickém je díky nepřítomnosti aktuálních problematických témat větší prostor pro práci s hravostí, poznáváním druhých, obohacováním sám sebe prostřednictvím zisků zprostředkovaných kontaktem s dalšími lidskými bytostmi v situaci vzájemného naladění a otevřenosti, na reflektování těch druhých.

¹ Zde je na místě položit si otázku, zda arteterapeutova interpretace je opravdu záležitostí pouze obsahu obrázku? Bereme-li v úvahu, že člověk uchopuje svět prostřednictvím mentálních reprezentací, které si tvoří na základě vlastních zkušeností, osobnostních charakteristik, atd., je vůbec možné nezaujatě vypovídat o obrázku druhého? Do jaké míry se ve výkladu promítne naše vlastní zkušenost a světonázor?

Ačkoliv artefiletická skupina funguje v mnohém podobně jako skupina arteterapeutická, například také v tom, že vedoucí artefiletického setkání nabízí stejně jako arteterapeut lidem, se kterými pracuje, podporu a je jim motivačním faktorem, účastníci artefiletických setkání na tento aspekt nemají tendence ve svých výpovědích klást důraz. Jejich prioritními zisky jsou sebezrovn, obohacení, inspirace k tvořivosti. Podpora pro ně není tolik aktuální potřebou, jako je tomu u jedinců oslabených právě prožívanými životními těžkostmi. Zřejmě pro své oslabení jsou pacienti v arteterapeutických skupinách více nastaveni vnímat aspekty celé situace z tohoto úhlu pohledu, je pro ně důležité zažívat pocit jistoty, bezpečí, podpory. Na tuto stránku také kladou důraz při popisu procesu.

V závislosti na situaci, v níž se nachází skupina, ale také její jednotliví členové, přizpůsobuje její vedoucí míru své aktivity. Ve skupině, kde se objevují problémy zaměstnávající její účastníky, v našem případě ve skupině arteterapeutické, vykazuje vedoucí vyšší míru aktivity i direktivity. Pro účastníky samotné je těžké v takové situaci přebírat iniciativu ve skupině, proto upřednostňují vedení, interpretace terapeuta směřující je ven z problému. Tam, kde mají účastníci dostatek sil a energie pro interaktivní spolupobývání ve skupině, tedy v situaci artefiletické, není taková míra vedení nutná, ba naopak je oceňován dostatek prostoru pro vlastní vyjádření účastníků samotných. Vedoucí, v tomto případě spíše průvodce- facilitátor, nabízí svoje reflexe a nechává na ostatních, co si z nich odnesou či využijí a co nikoliv.

V souladu s již zmíněným faktem, že arteterapie více pracuje s aktuálními problémy pacientů, uváděli dotazovaní jako důležitá témata objevující se v průběhu arteterapie, témata související s oblastmi jejich života, které vnímají jako problematické, s nefunkčními vzorci chování, s potřebou zvýšit vlastní sebedůvěru, udělat si pořádek v životě. Naproti

tomu kromě společných témat, která obsahovaly odpovědi obou skupin, která můžeme nazvat pojmem existenciální témata (Já a moje místo na světě, smysl života, interpersonální vztahy atd.), jmenovali účastníci artefiletických setkání vynořující se témata sebepoznávání, vlastní kreativity, vyladěnosti se skupinou, aktuální nálady atd.

V souvislosti s tématy, se kterými se ve skupinách pracovalo, můžeme vnímat také zisky, se kterými účastníci ze skupin odešli. Stejně tak, jak se v arteterapeutických skupinách pracovalo na „závažnějších“ věcech, tak tomu také odpovídají vytěžené benefity¹. Ty jsou spojeny s vnímáním a řešením aktuálních problémů. Na druhé straně artefiletická lehkost a hravost projevující se v tématech skupin přináší sourodé zisky v oblasti kreativity, vystoupení z rigidity, bonusovosti nevšedních zážitků, radosti².

Ačkoliv obě skupiny dotázaných projevily shodně touhu po větší časové dotaci, u arteterapeutického kolegia měl větší časový prostor umožnit práci na tématech do větší hloubky, zatímco na straně artefiletiků hrála roli také touha po větším prostoru pro hravost s transformací výrazů.

¹ V této souvislosti poukazujeme na Přílohu III., kde ilustrujeme na příkladech témat a způsobu práce s nimi praxi arteterapeutickou. Zmiňujeme zde důraz na práci s problémem, a to jak ve formě individuální práce, tak při skupinové práci s tématem.

² Ukázka artefiletického setkání (viz Příloha IV.) dokumentuje, jak probíhá v hravém, lehkém a výrazově transformačním duchu celý proces práce s koncepty prostřednictvím výrazu, významu a osobních prekonceptů.

8.1.2 Zjištěné shody v obou pojetích

Jako společná oběma přístupům se ukázala práce s uměleckým výrazem, symbolem, působivost umění prostřednictvím jeho účinu, nutnost poddat se pocitům a procesu samotnému¹. Nejde o tvorbu esteticky hodnotných výtvarných děl, tedy o jejich formu, ale o proces tvoření. Forma je důležitá pouze ve smyslu srozumitelnosti.

Ačkoliv u arteterapie vystoupila více do popředí zaměřenost na interpretaci obrázků, jak již bylo zmíněno výše, zatímco artefiletika kralovala na poli hravosti a tvořivého seberozvoje, oběma byl artefakt prostředkem k zážitku, který byl následně buď artefileticky reflektován anebo arteterapeuticky interpretován.

V obou skupinách se ukázaly rozdíly v přístupu k tvorbě vlastních artefaktů, k přístupu k uchopování obrázků, tedy i světa kolem nás. Zatímco vizuální typ se drží konkrétní předlohy, zobrazuje to, co vidí, a s Readem (1967) bychom mohli uvažovat souvislost s myšlenkami C. G. Junga, který tento typ označuje za extravertní², typ haptický (v Jungově pojetí introvertní) uchopuje svět doslova přes pocitovou stránku a má tendence k abstrakci.

¹ V této souvislosti hovoří Slavík (2001) či Zuska (2001) o schopnosti tzv. estetické distance, neboli schopnosti nechat na sebe umění emočně působit, ale zároveň si udržet potřebný odstup, vědomí, že jde o vystoupení z aktuální reality. Psychicky nemocný člověk v symbolické situaci může reagovat dvěma způsoby, buď striktním odstupem od prožívání, v tom případě, ale ztrácí možnost zisku uspokojení z umění, anebo ponořením se do symbolického světa bez dostatečného kontaktu s realitou, což mu může působit značné problémy.

² Jung dále extravertní typ dělí na čtyři podtypy, a to: extravertní intuitivní, extravertní myslivý, extravertní smyslový a extravertní citový. Stejně tak uplatňuje toto dělení u typu introvertního.

Také princip, kterým dílo člověka oslovuje je v obou skupinách stejný. Je to pocitově-prožitková intimní záležitost, ve které se ale dají vysledovat dva základní trendy. Jedním z nich je, že nás dílo jakožto projekční plátno upoutá svou podobností s naším stylem uchopování světa, zrcadlí naše pocity, je nám blízké, tím pádem i srozumitelné. Na druhou stranu nám může učarovat ale dílo naprosto odlišné, které zobrazuje naše přání, touhy, kompenzace, a tento princip jsme si pracovně nazvali „princip nedostatkovosti“.

Obě skupiny popisovaly shodně zážitek z arteterapie či artefiletiky jako příjemný (pokud bereme v úvahu, že mohou vyplynout na povrch i nepříjemné věci o nás samotných), ozvlášťující naše všední dny a přínosný. Jeho průběh až do fáze následné práce s artefakty popisovali účastníci podobně, se stejnými vlastnostmi a předpoklady.

Všichni účastníci projevili přání někdy v budoucnu svou zkušenost zopakovat.

8.2 Limity výzkumu

Uvědomujeme si, že kvalitativní metodologie použitá v naší práci neumožňuje srovnání pomocí statistických prostředků, navíc s přihlédnutím k malému vzorku, $N = 10$, nelze z našich závěrů zevšeobecňovat, ale domníváme se, že námi zvolená metoda umožnila hlubší proniknutí do dané problematiky, její detailnější prozkoumání a zmapování. Náš soubor deseti lidí je pouze malým ilustrativním vzorkem, ale pro účely naší pilotní studie se nám jeví jako dostačující. Při sběru a průběžném kódování dat došlo k teoretickému nasycení vzorku, tedy další rozhovory již nepřinášely podstatné informace obohacující naše výsledná zjištění. Našeho průzkumu

se zúčastnilo 7 žen a 3 muži, všichni muži byli účastníky artefiletických setkání, arteterapii zastupovaly pouze ženy- účastnice. Obě skupiny nebyly vyrovnány ani z hlediska věku či vzdělání. V dalších výzkumech by bylo dobré tuto otázku lépe ošetřit.

Skupina dotazovaných reprezentující proces arteterapie byla kontaktována a rozhovory byly prováděny v průběhu jejich hospitalizace, což mohlo mít vliv na jejich celkovou psychickou kondici a aktuální nastavení. Navíc byly všechny respondentky v rámci farmakoterapie medikovány, což mohlo vést k jejich utlumenosti či dalším vedlejším účinkům.

Do rozhovoru jako důležitý faktor také vstupuje osobnost dotazovatele. I ta mohla ovlivnit průběh sběru dat.

8.3 Možnosti dalšího zkoumání

Zjištění dosažená naším výzkumným projektem probouzejí nové otázky. Sami jsme provedli pouze pilotní studii s využitím metody otevřeného kódování, které je prvním krokem výzkumné metody Zakotvené teorie. V dalších výzkumech by bylo jistě zajímavé zaměřit pozornost na axiální a selektivní kódování, další dva kroky zmíněné teorie, tedy na hledání souvislostí mezi kategoriemi, které jsme otevřeným kódováním odhalili.

9 Závěr

Naše práce byla zaměřena na zjištění shod a rozdílů mezi dvěma přístupy, arteterapeutickým a artefiletickým. Pokud je nám známo, nebyl v této oblasti proveden doposud žádný jiný výzkum. Na začátku naší

studie stálo stanovení teoretických předpokladů definujících styčné plochy i rozmanitost obou přístupů. Další zkoumání metodou otevřeného kódování na základě deseti polostrukturovaných rozhovorů přineslo ověření našich teoretických předpokladů. Oba přístupy pracují s tvořivým procesem, pohybem v mentálních světech, symbolem jako prostředkem uchopení smyslu, výrazem, mentálními reprezentacemi. Každý z nich také uvažuje subjektivitu vnímání, individualitu každého jednotlivce a jeho uchopování světa kolem nás. Umění uvažují v souvislosti s jeho účinem na člověka, který je umožněn jeho působivostí. Umění vede k obohacení prostřednictvím ozvláštnění, pocitovosti. Výsledný artefakt vznikající během tvůrčího procesu, který je spontánní a má povahu fenoménu flow, není hodnocen z hlediska umělecké hodnoty, ale jako prostředek pro dosažení prožitků a následné reflexe či interpretace. Pro to, aby vše mohlo zdárně proběhnout, je nutné poddat se tomuto intuitivnímu emocionálnímu proudění, angažovat se do něj a vložit tam kousek sebe, otevřít se novým zkušenostem, i když ne vždy nutně pouze příjemným. Ziskem jsou potom příjemné zážitky, nové zkušenosti a informace.

Rozdíly v obou pojetích vyplývají z historie obou přístupů, kdy arteterapie je prostředkem terapie, léčby problémů, zatímco artefiletika směřuje k rozvoji osobnosti jejího účastníka. Arteterapie je doménou zdravotnických zařízení, zatímco artefiletika si hledá místo na poli výchovně-vzdělávacích institucí. Zatímco arteterapie pracuje s výtvarným projevem, artefiletika zahrnuje práci s transformací výrazu do různých výrazových forem. Rozdíly v obou pojetích můžeme shledat zejména v přístupu k artefaktu. Zatímco artefiletika se vydává cestou prožitků a jeho reflexí, arteterapie zaměřuje svoji pozornost na interpretaci výsledného artefaktu. Z toho vyplývá i odlišná funkce vedoucího té či oné skupiny, arteterapeut je osobou aktivnější v celém procesu, direktivnější, vedoucí artefiletického setkání je spíše

facilitátorem, průvodcem, nabízejícím možnosti. V arteterapii je skupina vnímána jako zdroj podpory, prostor pro práci na vlastním problému, v artefiletice se vše točí kolem vzájemného obohacování jednotlivých účastníků prostřednictvím vzájemných reflexí a prožitků.

Naše teoretické předpoklady tedy odpovídají výsledným zjištěním, která přinesla také další podnětné údaje, které by mohly být inspirací pro další zkoumání této jistě zajímavé oblasti.

Domníváme se, že zabývat se touto problematikou dále by bylo žádoucí z hlediska přinesení bližších informací o procesech, které mohou být velmi prospěšné pro člověka po celý jeho život. Artefiletiku¹ vnímáme jako užitečnou formu prevence psychických i sociálních patologií, jako kreativní možnost relaxace, sebepoznání a nácviku sociálních kompetencí. Artefiletika pracuje se zdravým jedincem, který má také svoje témata, problémy a těžkosti, pomáhá mu, aby tyto nepřerostly do formy patologie. Když se tak stane, nastupuje na scénu arteterapie jako diagnosticko-léčebný proces. Pakliže ta uspěje a jedinec je opět vrácen do běžného života, považujeme za výhodné, aby měl možnost další práce na sobě prostřednictvím artefiletiky, arteterapie již v tuto chvíli není potřebná, ve smyslu prevence relapsu onemocnění, ale také pro obyčejnou potřebu hrát si, zároveň být v kontaktu sám se sebou a někam směřovat.

¹ Pokud bychom měli zvažovat možnost většího rozšíření artefiletického přístupu, bylo by vhodné zaměřit svou pozornost také více na problematiku samotného pojmu artefiletika, její konotace, která může do značné míry ovlivnit její přijetí ve společnosti. Prozatím naše výsledky ukázaly jistou tendenci při neznalosti této techniky, vnímat ji spíše opatrně, jako něco spojeného s filologií, filatelií. Po absolvování osobní zkušenosti se názor na ni mění směrem k pozitivnímu přijetí. Z našich výsledků ale prozatím nemůžeme zevšeobecňovat, jedná se tedy pouze o námět pro další zkoumání.

Jak tuto situaci blíže popisuje Bažantová¹, která se touto problematikou hlouběji zabývá, psychotické onemocnění se vyznačuje tím, že člověk vstupuje do fikčního světa a nedaří se mu rozlišovat hranice mezi ním a světem reálným, svět kolem se pro něj stává plným nesrozumitelných symbolů, což mu působí mnohé komplikace. V remisi potom dochází k tomu, že člověk znovu nachází ztracenou hranici mezi těmito světy a prostřednictvím artefiletiky mu může být dána možnost naučit se pracovat se záměrným vstupováním a vystupováním ze světa fikčního zpět do světa do reálného a naopak. Tady tedy artefiletika může být pracovním polem, prostřednictvím kterého lze nabídnout takové vnější koncepty, které jsou funkční a efektivní v oblasti budování pacientových vlastních vnitřních prekonceptů a selfkonceptů. Lidé po vyléčení mají potřebu bilancovat a hledat nové životní cesty - prodělaná psychotická porucha znamená životní zlom. Tito lidé řeší své osobní, vývojové a vztahové krize – de facto stejně jako jiní lidé. Stejně tak mají potřebu dalšího sebeobjevování, sebepřijetí a seberozvoje.

Artefiletiku tedy nepovažujeme pouze za metodu výchovy a vzdělávání v dětském věku, ale v našem výzkumu jsme naznačili možnosti jejího využití i ve věku dospělém.

Další zkoumání tedy považujeme za žádoucí.

¹ Informační zdroje: č. 4

Souhrn

Umění provázelo lidstvo od úsvitu dějin.

Za celou historii vystřídalo mnoho podob a plnilo mnoho funkcí, ať již mystických, katartických, estetických, diagnostických, terapeutických, výchovných či jiných.

Cílem této práce bylo vyzdvihnout dva významy umění, význam diagnosticko-terapeutický a výchovný, zosobněné v procesu arteterapeutickém a artefiletickém, a podat nástin jejich srovnání. Hledali jsme podobnosti i rozdíly, a přitom jsme si nekladli za cíl tuto komparaci provést vyčerpávajícím způsobem, nýbrž uvést jen její nástin, který by mohl být inspirací pro další zkoumání této problematiky.

Práci jsme po stránce empirické opřeli o kvalitativní metodologii, a to jmenovitě o postup metody zakotvené teorie Strausse a Corbinové. Východiskem se nám staly rozhovory s účastníky arteterapeutických a artefiletických skupin, které probíhaly v Praze (o.s. Baobab) , Brně (PL Brno-Bohunice), Jihlavě (PL Jihlava) a Hradci Králové. Vzorek čítal celkem deset respondentů, z nichž pět absolvovalo arteterapeutickou zkušenost a pět zkušenost artefiletickou.

Závěry, ke kterým jsme dospěli, předkládáme v této práci.

Abstract

Art has been integral to the human race since the early history of man. Art has changed its forms and performed a variety of functions: spiritual, cathartic, aesthetic, diagnostic, therapeutic, educational and many others.

The aim of this study is to look at the two approaches to art therapy; the first, the term of diagnostic-therapy and the second, the education in the process of art-therapy and art-philetics and their confrontation. We searched for their similarities and divergences. The effort was focused not on an exhaustive comparison, but on the outline of possibilities which could provide inspiration for further research on these questions.

The empirical part of this study is based on qualitative methodology. Here we have stressed the methods used in grounded theory by Strauss and Corbin. Interviewing groups of participants in art-philetic and art-therapeutic research made up the main practical base for this work. The research was carried out with individuals in Prague (o.s. Baobab, o.s. Ulita), in Brno (PL Brno-Bohunice), in Jihlava (PL Jihlava) and in Hradec Králové. The group study consisted of a sample of ten people, five of whom experienced art-therapy and the others five experienced art-philetic approach.

The result of this research forms the main content of this study.

10 Informační zdroje

1. *About Art Therapy* [online]. 2006 [cit. 2006-02-09]. Dostupný z WWW: <<http://www.arttherapy.org/about.html>>.
2. ALBRICH, B. *Umění je jako ráj*. Psychologie dnes, listopad 2003, roč. 9, č. 11, s.1-3.
3. *Artefiletika- Reflektivní, tvořivé a zážitkové pojetí výchovy uměním* [online].2006 [cit. 2007-07-08]. Dostupný z WWW: <<http://www.artefiletika.cz/modules/articles/article.php?id=9>>.
4. *Artefiletika pro mladé lidi po prodělané psychóze* [online].2006 [cit. 2007-07-08]. Dostupný z WWW: <<http://www.artefiletika.cz/modules/articles/article.php?id=50>>.
5. BRESLER, L. Imitative, Complementary, and Expansive: Three Roles of Visual Arts Curricula. *Studies in Art Education (A Journal of Issues and Research)*. 1994, vol. 35, s. 90-104.
6. CASE, C.- DALLEY, T. *Arteterapie s dětmi*. 1.vyd. Praha: Portál, 1995. 175s. ISBN 80-7178-065-0.
7. *Definitions* [online]. 2006 [cit. 2006-02-09]. Dostupný z WWW: <http://www.geocities.com/nigat_uk/index.html>.
8. GARAI, J. Humanistic Art Therapy. In *Approaches to Art Therapy: Theory & Technique*. 2nd ed. New York: Brunner-Routledge, London: Brunner-Routledge, 2001. chap 10, p.149-162.
9. GOLEMAN, D. *Práce s emoční inteligencí*. 1.vyd. Praha: Columbus, 2000. 366s. ISBN 80-7249-017-6.
10. HÁJEK, P. Arteterapie v psychoterapii schizofrenie. In *Skupinová psychoterapie psychóz (ve vztahu ke schizofrennímu onemocnění)*. 1.vyd. Praha: SPN, 1980. kap.12, s.137-149.
11. HARTL, P. *Psychologický slovník*. 1.vyd. Praha: Budka, 1993. 297s. ISBN 80-901549-0-5.
12. CHVATÍK, K. *Strukturální estetika*. 2. vyd. Brno: Host, 2001. 210s. ISBN 80-7294-027-9.

13. *Jak si poradit s hodnocením? 1. část* [online]. 2006 [cit. 2007-07-08]. Dostupný z WWW:
<<http://www.artefiletika.cz/modules/articles/article.php?id=20>>.
14. Jebavá, J. *Úvod do arteterapie*. 1.vyd. Praha: Karolinum, 1997. 95s. ISBN 80-7184-394-6.
15. JUNG, C. G. *Analytická psychologie*. 1.vyd. Praha: Academia, 1993. 208s. ISBN 80-200-0480-7.
16. JUNG, C. G. *Výbor z díla: Snové symboly individuačního procesu*. V. svazek 1.vyd. Brno, Nakladatelství Tomáše Janečka, 1999. 315s. ISBN 80-85880-19-9.
17. JUNG, C. G. *Výbor z díla: Základní otázky analytické psychologie a psychoterapie v praxi. I. Svazek*. 1. vyd. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 2000. 436s. ISBN 80-85880-14-8.
18. KOBLICOVÁ, A. Arteterapie a psychoterapie v období dospívání. In *Současná arteterapie v České republice a v zahraničí*. 1.vyd. Praha: Univerzita Karlova v Praze- Pedagogická fakulta ve spolupráci s Českou arteterapeutickou asociací, 2000. kap. I, s. 20-28.
19. KORTUS, Z. *Výtvarná výchova v převýchovném procesu: Aktuální problémy speciální pedagogiky*. 1.vyd. Praha: SPN, 1977. 50s. ISBN 14-522-77.
20. KRAMER, E. On quality in art and art therapy. In *American journal of art therapy*, may 2002, vol. 40, p. 218-222.
21. KWIATKOWSKA, H. Y. Rodinná arteterapie: Experimentování s novou technikou. *Arteterapie: Časopis České arteterapeutické asociace*, prosinec 2005, č. 9, s. 44-49.
22. LIEBMANN, M. *Nápady, témata a cvičení pro skupinovou výtvarnou práci*. 1.vyd. Praha: Portál, 2005. 280s. ISBN 80-7178-864-3.

23. LHOTOVÁ, M. Filozofické aspekty arteterapeutických postupů (Artefakt v arteterapii a umění). *Arteterapie: Časopis České arteterapeutické asociace*, červenec 2005, č. 8, s.3-8.
24. MAREŠ, J., et al. *Učitelovo pojetí výuky*. 1.vyd. Brno: Masarykova univerzita v Brně, 1996. 91s. ISBN 80-210-1444-X.
25. MATOUŠEK, O. *Potřebujete psychoterapii?* 2.vyd. Praha: Portál, 1999. 131s. ISBN 80-7178-314-5.
26. *Mladé pojetí výtvarné výchovy v České republice- Artefiletika* [online]. 2006 [cit. 2007-07-08]. Dostupný z WWW: <<http://www.artefiletika.cz/modules/articles/article.php?id=6>>.
27. NAUMBURG, M. Spontaneous art in education and psychotherapy. In *American journal of art therapy*, august 2001, vol. 40, p. 47-64.
28. PEREGRIN, J. *Úvod do teoretické sémantiky*. 1.vyd. Praha: Karolinum, 1998. 206s. ISBN 80-7184-685-6.
29. PEREGRIN, J. *Význam a struktura*. 1.vyd. Praha: OIKOYMENH, 1999. 292s. ISBN 80-86005-93-3.
30. PERNIOLA, M. *Estetika 20. století*. 1.vyd. Praha: Karolinum, 2000. 170s. ISBN 80-246-0213-X.
31. PEŠKOVÁ, J. *Role vědomí v dějinách*. 1.vyd. Praha: NLN, 1998. 140s. ISBN 80-7106-217-0.
32. READ, H. *Výchova uměním*. 1.vyd. Praha: Odeon, 1967. 422s. D-15*70100.60222865.
33. ROGERS, N. Person-Centered Expressive Arts Therapy. In *Approaches to Art Therapy: Theory & Technique*. 2nd ed. New York: Brunner-Routledge, London: Brunner-Routledge, 2001. chap 11, p.163-177.
34. RUBIN, J. A. Conclusion. In *Approaches to Art Therapy: Theory & Technique*. 2nd ed. New York: Brunner-Routledge, London: Brunner-Routledge, 2001. chap 21, p.326-352.

35. RUBIN, J. A. Discovery, Insight, and Art Therapy. In *Approaches to Art Therapy: Theory & Technique*. 2nd ed. New York: Brunner-Routledge, London: Brunner-Routledge, 2001. chap 1, p.15-27.
36. RÝDLOVÁ, Hana. K některým otázkám vztahu filosofie a estetiky. In *O filosofii výchovy a filosofii provádějící. Sborník prací věnovaný univ. prof. PhDr. Jaroslavě Peškové k jejím 70. narozeninám*. Praha: Desk Top Publishing FFUK Praha, 1999. Část 1. s. 81-82.
37. SILVERSTONE, L. *Art Therapy The Person-Centered Way: Art and the Development of the Person*. 2nd ed. London: Jessica Kingsley Publishers, Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers, 1997. 272p. ISBN 1 85302 481 3.
38. SLAVÍK, J. Mezi arteterapií a výtvarnou výchovou. In *Výtvarná výchova*. Roč.35 1994-95, č.1, s. 19-20.
39. SLAVÍK, J. *Od výrazu k dialogu ve výchově*. 1.vyd. Praha: Karolinum, 1997. 199s. ISBN 80-7184-437-3.
40. SLAVÍK, J. *Hodnocení v současné škole: Východiska a nové metody pro praxi*. 1.vyd. Praha: Portál, 1999. 190s. ISBN 80-7178-262-9.
41. SLAVÍK, J. *Umění zážitku, zážitek umění: [teorie a praxe artefiletiky 1.díl]*. 1.vyd. Praha: Univerzita Karlova v Praze- Pedagogická fakulta, 2001. 282s. ISBN 80-7290-066-8.
42. SLAVÍK, J. – WAWROSZ, P. *Umění zážitku, zážitek umění: [teorie a praxe artefiletiky 2.díl]*. 1.vyd. Praha: Univerzita Karlova v Praze- Pedagogická fakulta, 2004. 303s. ISBN 80-7290-130-3.
43. SLAVÍKOVÁ, V.- SLAVÍK, J.- HAZUKOVÁ, H. *Výtvarné čarování: Artefiletika pro předškoláky a mladší školáky*. 1.vyd. Praha: Univerzita Karlova v Praze- Pedagogická fakulta, 2000. 179s. ISBN 80-7290-016-1.

44. STEJSKALOVÁ, M. Umění léčí. *Psychologie dnes*, červen 2007, roč. 13, č. 6, s. 40-43.
45. STRAUSS, A.-CORBIN, J. *Základy kvalitativního výzkumu*. 1.vyd. Boskovice: SCAN, 1999. 228s. ISBN 80-85834-60-X.
46. STRNADLOVÁ, H. Teorie, indikace a předpoklady arteterapie. *Arteterapie: Časopis České arteterapeutické asociace*, červenec 2006, č. 11, s. 3-9.
47. ŠICKOVÁ-FABRICI, J. Filozofické (holistické) východisko spirituálně-ekologické arteterapie. *Arteterapie: Časopis České arteterapeutické asociace*, červenec 2006, č. 11, s. 25-29.
48. ŠICKOVÁ-FABRICI, J. *Základy arteterapie*. 1.vyd. Praha: Portál, 2002. 167s. ISBN 80-7178-616-0.
49. ŠÍPEK, J. *Projektivní metody*. 1.vyd. Praha: ISV, 2000. 114s. ISBN 80-85866-53-6.
50. TOLAN, J. *Na osobu zaměřený přístup v poradenství a psychoterapii*. 1.vyd. Praha: Portál, 2006. 223s. ISBN 80-7367-146-8.
51. ULMAN, E. Art therapy: Problems of definition. In *American journal of art therapy*, february 1992, vol. 30, p. 70-74.
52. ULMAN, E. Variations on a Freudian Theme: Three Art Therapy Theorists. In *Approaches to Art Therapy: Theory & Technique*. 2nd ed. New York: Brunner-Routledge, London: Brunner-Routledge, 2001. chap 18, p. 289-305.
53. *Z historie výtvarné výchovy a její teorie /1/* [online]. 2006 [cit. 2007-07-08]. Dostupný z WWW: <<http://www.artefiletika.cz/modules/articles/article.php?id=27>>.
54. *Z historie výtvarné výchovy a její teorie /2/* [online]. 2006 [cit. 2007-07-08]. Dostupný z WWW: <<http://www.artefiletika.cz/modules/articles/article.php?id=29>>.

55. *Z historie výtvarné výchovy a její teorie /3/* [online]. 2006 [cit. 2007-07-08]. Dostupný z WWW:
<<http://www.artefiletika.cz/modules/articles/article.php?id=32>>.
56. ZICHA, Z. *Úvod do speciální výtvarné výchovy*. 1.vyd. Praha: Pedagogická fakulta University Karlovy, 1981. 145s.
57. ZUSKA, V. *Čas v možných světech obrazu: Příspěvek k ontologii výtvarného uměleckého díla a procesu jeho recepce*. 1.vyd. Praha: Karolinum, 1994. 100s. ISBN 80-7066-856-3.
58. ZUSKA, V. *Estetika: Úvod do současnosti tradiční disciplíny*. 1.vyd. Praha: Triton, 2001. 132s. ISBN 80-7254-1943.
59. ŽENATÁ, K. *Obrazy z nevědomí: Práce v arteterapeutickém ateliéru*. 1.vyd. Praha: Portál, 2005. 152s. ISBN 80-7367-033-X.

PŘÍLOHA I.

POLOSTRUKTUROVANÝ ROZHOVOR – kostra otázek.

Můžete mi o sobě říct pár informací ?

Pohlaví

Věk

Vzdělání

Proděláváte v současné době nějakou léčbu či terapii? Jakou, kdy skončila?

Pro co jste byl(a)/ jste léčen (a)?

1. Výskyt (1)

Kde jste se s arteterapií/ artefiletikou setkal (a)?

Bylo to poprvé anebo jste už měl(a) nějakou dřívější zkušenost?

2. Trvání (6)

Jak dlouho navštěvujete / jste navštěvoval (a) atelier?

Kdy to bylo (odkdy dokdy) ?

Pokud ještě stále navštěvujete, kdy počítáte s ukončením návštěv?

Přemýšlíte o tom, že byste někdy v takovém malování pokračoval(a)?

3. Předmět (4)(2)

Jaká byla vaše motivace pro vstup do ateliéru?

Vstupoval (a) jste do atelieru s nějakými očekáváními? S jakými?

Splnila se? Pokud ne, proč?

Co jste udělal (a) pro to, abyste dosáhl(a) toho, co jste od atelieru očekával(a)?

Jaká témata se objevovala?

Byla předem dána či byla volná a rodila se z aktuální potřeby?

Co pro vás znamená návštěva atelieru?

Jaký má pro vás význam? Co si z něj odnášíte?

4. Aktivita (7)

Jak podle vás fungovala skupina, se kterou jste v atelieru pracoval(a)?

Reagovali na sebe jednotliví členové anebo přebíral iniciativu vedoucí?

Co vám daly reakce ostatních členů skupiny, pokud vám něco daly?

Co vám daly reakce vedoucího skupiny, pokud vám něco daly?

Byly pro vás osobně důležitější reakce skupiny anebo vedoucího?

Popište svůj vztah k ostatním členům skupiny.

Jaký vztah máte k vedoucímu?

Máte k někomu speciální vztah?

Když vám někdo nabízel nějakou reakci na vaše dílo či komentář, jaké to pro vás bylo?

Co byste řekl(a) o vedoucím skupiny? Máte z něj nějaký pocit, dojem?

Jak silný anebo naopak všední zážitek to pro vás byl (je)?

5. Princip (5)

Jak probíhala setkání v atelieru?

Byly nějaké rituály nebo zvyklosti?

Co v atelieru prožíváte?

Mluvili jste nad hotovými díly o něčem? O čem?

Jak to vypadalo?

Kdo se do diskuse zapojil? (7)

Co se vám na setkáních v atelieru líbilo/líbí, co se vám zdálo/zdá přínosné?

Co byste si přál(a) jinak?

Je něco, co byste změnil(a)?

Co pro vás znamenají nebo ve vás vyvolávají výtvarná díla vůbec?

Co pro vás znamenají nebo ve vás vyvolávají vaše díla?

6. Přístup (9)

Změnilo se něco ve vašem životě během či po skončení návštěv atelieru?

Je něco, co jste si uvědomil(a) díky atelieru?

Je nějaké podstatné zjištění, které si odtam odnášíte?

7. Metody (3)

Jak vypadal atelier, co bylo k dispozici (pomůcky)?

Jak jste se v něm cítil(a)?

Co všechno jste v atelieru dělali?

Vzpomenete si na nějaká témata, která vás zaujala?

Vzpomenete si na nějaké techniky, které vás zaujaly?

8. Pojem (8)

Máte nějakou představu o tom, co je to arteterapie, artefiletika?

Vnímáte mezi nimi nějaký rozdíl?

Když slyšíte slovo arteterapie, vyvolává to ve vás nějakou představu?

A když slyšíte slovo artefiletika, vyvolává to ve vás něco?

Je vám některý z těch pojmů více či méně příjemný?

Napadá vás ještě něco zajímavého či pro vás důležitého, o čem jsme se nezmínili? Máme na to prostor.

PŘÍLOHA II.

PŘEPISY ROZHOVORŮ

Paní J.S. – Arteterapie: PL Jihlava

Slečna Z.- Arteterapie: PL Jihlava

Paní D.- Arteterapie: PL Brno-Bohunice

Paní J.M.- Arteterapie: PL Brno-Bohunice

Paní Z.- Arteterapie: PL Brno-Bohunice

Pan O.- Artefiletika: PhDr. Bažantová Mariana- Hradec Králové

Paní M.- Artefiletika: PhDr. Bažantová Mariana- Hradec Králové

Pan J.- Artefiletika: PhDr. Bažantová Mariana- Hradec Králové

Paní Z.- Artefiletika: PhDr. Bažantová Mariana- Hradec Králové

Pan L.- Artefiletika: o.s. Baobab Praha

Paní J.S.

Dg.: deprese

Věk: 46

Vzdělání: SŠ

Arteterapie: PL- Jihlava

Toto setkání s malováním bylo vaše první?

Ano.

Jak dlouho jste se ho účastnila?

2 měsíce.

A teď už nechodíte?

Nechodím.

A plánujete, že byste ještě někdy chodila?

Tak já jsem chtěla chodit a ptala jsem se pana Štěpánka, a on říkal, že budou mít něco takového ve Voru, ale já jsem byla taková spokojená, protože jsem ty lidi znala, jako z té skupiny, jsem věděla ty jejich problémy, tak jsme si byli jistí, že jsme tam mohli ty věci prezentovat. A bylo mi i nabídnuto chodit do skupiny tam, ale já už nechci, protože jsou tam cizí lidi a v takovém malém městě jako je třeba Jihlava, když máte mluvit otevřeně o svých problémech a máte někoho jak já za manžela člověka, kterej je činněj a známej, tak to je problematický.

Takže v rámci toho soukromí je to pro vás těžký...

Pokud to jako zvládnou, tak raději. I když jsem dostala nabídku od paní psychologky, tak si myslím, že bych to využila, anebo teď jsem mluvila s doktorem, tak s ním můžu některý věci probrat, ale nemám odvahu.

Nemáte odvahu z důvodu soukromí.

Kdybych měla nějaký problémy další, tak jako prezentovat to někde. Chtěla jsem chodit k panu Štěpánkovi soukromě, jsem se ptala, on řekl, že na to prostory nemá, ale že snad něco bude v tom Voru.

Takže u vás je to problém spíš s tím mít možnost.

Já jsem tam třeba chodila ráda zrovna k němu, jelikož mě překvapilo, co všechno se z těch obrázků našlo.

Když jste teda šla do toho malování, tak to bylo dobrovolně nebo jste tam byla odeslaná?

My jsme tam byli přidělený. Nějaká ta skupina chodila kamsi na nějaký koně a každý měl nějaký programy a my jsme byli vybraní, nevím proč, na tady tu skupinu a na to malování, tak jsme chodili na malování.

A když jste tam šla poprvé, vzpomínáte si jestli jste měla nějakou představu, jak to bude fungovat?

Myslela jsem si, že tam budeme něco malovat, tak jsem z toho byla taková, protože já malovat neumím, kdybych něco nakreslila, tak nikdo nepozná, co to je.

Takže jste se bála, že to po té technické stránce nebudete zvládat.

Já jsem si myslela, že to bude nějaký takový malování. Ale nějak jsem se s tím nenervovala.

Takže řekla bych, že díky Bohu se vaše očekávání nesplnilo.

Nesplnilo.

Vy jste říkala, že vás překvapilo, co všechno se v těch obrázcích našlo, dokázala byste říct, co to bylo?

No, tak například, já nevím už jaký to bylo téma, malovala jsem na tu velkou čtvrtku, a vlastně byla jsem tam nakreslená já. Takže mi bylo řečeno, tohle je rodina, to jsou přátelé, tak a tak a tak a kde jste vy? Tak jsem se ukázala dole. Takže mi bylo řečeno, tak vy jste ten malej človíček tady na konci, kterej se sice o všechno stará a... tak vlastně jsem si uvědomila, ..

Vy jste si uvědomila, jak fungujete ve svém životě díky tomu, že jste to viděla na tom obrázku?

Já jsem si vždycky myslela, že když budu vždycky pro všechny všechno dělat, obětavě pro děti a pro manžela, a pro všechny, že to bude oceněný, ale to není pravda. Protože samozřejmě, že jo, ale ne otrocky. Já jsem jim vycházela ve všem vstříc a vždycky jsem si myslela, že oni pochopí tu moji lásku nebo to moje, takový to, jakože pro ně úplně dělám všechno. A pak jsem si uvědomila, že jsem prostě ulítanej a uštvaněj akorát člověk na konci..A to taky nejde.

Vy jste si uvědomila, že byste měla být důležitější sama pro sebe?

Určitě. Mít se víc ráda a zaměřit se hlavně na sebe, protože jsem se věnovala vnoučatům, v té době dcera už měla vlastní rodinu, jsem si uvědomila, že dělám něco, co bych vůbec dělat neměla.

Takže jste se podívala na svůj život prostřednictvím toho obrázku, třeba to nemuselo být příjemný.

To jsem byla jako informovaná od pacientů, že pan Štěpánek je takovej, že to řekne natvrdo, jak to je. A to já mám raději. Ve všem. Když někdo řekne otevřeně, jak to je. To nechci říct, že by byl nějaký nepříjemný. Pro mě to bylo dobrý, že on řekl vždycky, jak to je a úplně to vystihl. A já jsem se vlastně na ten svůj život začala dívat z jiné stránky, jinýma očima, pochopila jsem svoje chyby, protože u mě třeba byl hlavní problém ten, že můj manžel, nevím teda vůbec z jakého důvodu, se mnou vůbec nekomunikuje. A já jsem se s tím strašně trápila a pochopila jsem, že jestli se budu trápit nebo nebudu trápit, tak je to jedno. Snažím se oddělit od toho a žít si svůj vlastní život, vydat se jiným směrem, že jsem pro tu rodinu udělala dost a už mi zbývají nějaký roky a ty už bych neměla marnit tím hledáním, proč on se tváří tak anebo ten nemluví tohle a....

Že byste se teď měla začít starat sama o sebe.

No, prostě třeba teď ty vnoučata, tak třeba takhle na kávičku nebo tak a ne třeba furt pečovat.

To vypadá, že vám to malování a povídání o těch obrázcích docela dost pomohlo.
Mně to teda pomohlo hrozně moc. Já jsem tomu teda vůbec nevěřila, tady budu něco patlat, ale mně to pomohlo dost, a překvapilo mě, jak on to vždycky vystihl přesně.

Takže co pro vás bylo na tom nejdůležitější? To malování nebo potom třeba to mluvení
o tom?
To, že já jsem tam něco malovala a on mi tam podle toho obrázku něco řekl a ona to byla pravda. A já jsem si uvědomila, že on má v podstatě pravdu. Vůbec jsem nepochopila, jak on to poznal.

Že vy jste vlastně ani nevěděla, co malujete než vám to ten druhý řekl.
No.

Jaká témata se objevovala na těch obrázcích? Nejenom vašich, ale i ostatních?
Tak to byly všechny témata.

Všechny možný.
Výhled do života, nebo jak si představujeme život, život na pustém ostrově, ztroskotání lodi, všechny možný.

A bylo některý, který vás hodně zaujalo?
No, třeba jsme měli nakreslit to, co nás ještě čeká v tomto roce. A každý něco maloval, a já si samozřejmě udělala takhle čtverce, udělala jsem 12 čtverců jako 12 měsíců, teď jsem tam začala do toho kreslit a takový a pan Štěpánek mně řekl, no, to je ono, zase plánujete. A já jsem si uvědomila, že asi plánuju, že jsem byla zvyklá, že jsem měla pořád diář u ruky, to se třeba plánovalo na rok dopředu, dovolenou, rok dopředu tamto, půl roku dopředu se dělalo to, takže já na to plánování byla zvyklá. A že já si ty věci naplánuju a ony se potom nesplní a já jsem potom nešťastná. Takže já teď už plánuju jenom druhý den, maximálně do konce týdne. Už se o to nestarám, co bude v září. Nevím, co bude.

Takže to necháváte plynout, necháváte se překvapit, když to bude příjemný, tak se potěšíte, a není to tak, že se těšíte, ono se to nesplní, a jste smutná.
A taky mi bylo ne vytýkáno, ale že jsem taková hyperaktivní a pořád jsem organizovala něco, a že tam pojedem a takový, a vlastně jsem zjistila, že kolikrát mám nějakou představu, a myslím si, že to je dobře, a opravdu se snažím toho docílit, a opravdu se u toho stresuju, dám příklad jako třeba, že to by se nemělo stát, až tam by to nemělo dojít, tak pro to udělám všechno, aby se to nestalo, ale ono se to stejně stane, že ty věci prostě nějak plynou, že těm věcem nejde stejně zabránit, akorát se člověk u toho stresuje, že je možná lepší to prostě nechat, že to vyplyne.

Ono to chce odvalu nechat si ty věci dělat, co chtějí.

Chce to odvalu. Já to vidím na svém manželovi, jak je vyjevený, jak na mě kouká, jak já jsem jako spokojená, já si pozpěvuju doma, bavím se s tím psem, on si musí myslet, že jsem praštěná, já jsem prostě nechala těm věcem volný průběh, nechce, nebude, tak nazdar. A tam jsem to prostě zjistila. Nejenom u těch obrázků, ale i na těch psychoterapiích. Já jsem prostě říkala, že nejhorší je, když si člověk uvědomí, a já jsem si to několikrát uvědomila, že v těch základních a nejtěžších otázkách jsem sama, a můžete mi říct, nejste sama, máte manžela, ale není to pravda. Vždycky na všechno je člověk sám. Pochopila jsem, že prostě, že to musím vědět.

Uvědomila jste si, že svůj život máte v rukou vy, že jakej si ho uděláte, takovej ho budete mít vy. Takže teď se snažíte si ho dělat příjemnej.

Já už v tom životě nechci mít žádný stresy, žádný obavy, a komu se to nelíbí, ať se se mnou nebaví.

A když bych se ještě vrátila k tomu malování, tak ty témata, kterých se tam objevovala spousta různých, tak ty byly zadávaný pevně?

To téma bylo vždycky zadaný.

A jaký to pro vás bylo, když to bylo zadaný pevně? Bylo to příjemný nebo jste si říkala, no, dnes bych měla náladu na něco jiného..

Ne, tak jsem to nebrala. Asi jako ve škole slohová práce na dané téma, tak dostali jsme úkol, tak jsme ho splnili, každej po svém.

A cítila jste to tak, že ty témata byly rozmanitý a dokázala jste si z nich něco odnést?

Vždycky. Mně to teda hrozně dalo.

Takže kdybyste měla zhodnotit přínos toho malování pro vás, jak výjimečný zážitek by to byl pro vás na škále od 1 do 10?

Kolem té devítky. Bylo to hodně důležitý.

Ta skupina pro vás byla hodně důležitá, těm lidem jste věřila.

My se spolu pořád stýkáme.

Takže ty vztahy přetrvaly.

Protože on (pacient ze stejné skupiny) má teď problémy, já třeba jsem taky teď měla problémy. My když spolu jdeme na kafe, já mu můžu o těch problémech vyprávět, on to pochopí, protože já jsem na té skupině řekla věci, který bych nikdy nikomu neřekla. A já to nemůžu vyprávět pořád dokola a někdo to nechce ani slyšet. Jsou to lidi, který mají svých problémů dost. A jak je to na západě, každý má psychiatra a nikdo nic nevypráví svým bližním. U nás je to tak, že má člověk kamarádku nebo kamaráda. My jsme si všichni před sebou řekli takový věci na té skupině, že jenom pokračujeme.

Vy jste si vybudovali takovou míru intimity, že to je cenný svazek, který stojí za to udržet dál.

Je to příjemný, že člověk ví, že není úplně sám, a kdyby bylo nejhůř, tak se vydá k paní psychologce. Ale ten první nápor kolikrát jako... Člověk to chápe. Někdy stačí, když se ten druhý vypovídá.

Mít to komu říct, nebýt na to sám. Když se ještě vrátím k té skupině, tak vám přišlo, že fungovala dobře i v tom, že na sebe ti členové reagovali? Nebo byste si myslela, že by mohli reagovat víc nebo míň?

No, já myslím, že mimo paní R., že tam všichni komunikovali dobře.

Jasně.

Ale já paní R. vůbec nechápu, my se třeba scházíme v cukrárně, a ona když přijde, tak je usměvavá a vypráví, a tam byla jak zařezanej řemen. Nevím, co tam probíhalo, a taky po tom nepídím.

Hm, a to, že na sebe lidi vzájemně reagovali, že odkryli svoje karty, ty svoje problémy, to pomohlo vybudovat tu důvěru ve skupině? To bylo dobře?

To bylo dobře.

Kdyby nereagovali, tak byste se tam takto dobře necítila možná..

Ne, necítila.

A reagoval někdo víc? Přišlo vám, že přebíral iniciativu spíš ten vedoucí skupiny nebo to bylo takový vyrovnaný?

No, tak ta skupina byla vyrovnaná, já myslím, že to tam řídila asi ta paní psychologka, i když já jsem do toho taky zasahovala, jak mi říkala paní psychologka, že jsem pořád aktivní, já mám tu špatnou vlastnost, já to o sobě vím, to jsem si vypěstovala za ty roky, co jsem se musela starat o rodinu, o ty tři děti, a prostě jsem byla na tom obchodním oddělení, tak jsem taková hyperaktivní. Nevydržím, když někdo něco hned neřekne a už to se mnou šíje, když někdo sedí a vyčkává, tak já už jsem se zase do toho pustila. Já jsem to tam tak spíš narušovala, to je pravda.

Já jsem nemyslela úplně tak narušovala...

Ale jo.

Vidíte to, že jste to narušovala, ono se to dá vnímat dvěma způsoby...

To mi říkala i paní psychologka, že díky tomu, že jsem šla do skupiny, že začala hodně komunikovat.(skupina)

Tak mi běží hlavou, že jste to nazvala, že jste to narušovala a na druhou stranu jste způsobila, aby to líp fungovalo.

No, jako že jsem do toho pořád vstupovala,

Že někdy už to třeba stačilo, že byste se občas mohla udržet.

No

Jako najít tu správnou míru, jako být aktivní je dobře, ale najít tu míru.

To byl taky jeden z důvodů, co jsem si tam měla uvědomit.

Tak to zafungovalo, to jste si uvědomila.

To jsem si uvědomila. Tak já jako vím, že to dělám některým lidem, ale je to pro mě hrozně těžký, protože jsem takovej hyperaktivní člověk.

Ted' jste říkala paní psycholožka, já jsem měla pocit, že jste chodili k panu Štěpánkovi hlavně. Vy jste zažila i paní Klementovou?

Nene. Já jsem chodila k paní Janákové.

A to byla vlastně...

Moje terapeutka

A to arte, to výtvarný..

Jenom k panu Štěpánkovi. Ona tam vždycky jenom přišla a seděla u toho.

A pan Štěpánek vám přišel, že do toho zasahoval dobře, špatně, mohl víc, mohl míň.

Já myslím, že to bylo dobrý. Mně to vyhovovalo. Mně se to tam líbilo.

A pamatujete si třeba nějakou reakci skupiny, která pro vás byla taková, že si jí vážíte, že vám něco dala?

Určitě. Protože třeba, když jsme měli tu skupinu a bavili jsme se, a když já jsem začala o těch svejch stavech, když jsem měla ty onkologický onemocnění, tak tam několikrát padlo, že ti lidi si mě vážili, jak jsem to dokázala překonat, a že viděli, že ty jejich problémy byly nicotný, a že by na sobě měli pracovat.

Takže to bylo takový ocenění pro vás.

A věděla jsem, že mě měli rádi.

Že jste získala spřízněný dušičky, kterým na vás záleželo. To bylo hodně důležitý.

Ano.

A kdybyste měla popsat ten svůj vztah k ostatním členům skupiny, tak

Možná bych to nazvala i přátelství.

A jaké to pro vás bylo, když vám někdo nabízel nějaký komentář na vaše dílo? Přijímala jste to ráda nebo jste si říkal, co zase přijde?

Já jsem se tomu víceméně smála, protože já neumím malovat. Ale třeba jsme kreslili ten pustý ostrov a já jsem řekla, že tady bude les, tady bude to, protože ta jedna paní byla ráda v kuchyni, tak tady bude ohniště, já budu stavět barák a Zlatka řekla: Ne, já tady nebudu s váma, udělala takovej škrt a potom vysvětlovala, že ji naštvalo, že já jsem to začala organizovat. A pan Štěpánek se ptal, proč jsem to zase organizovala? A já jsem říkala, že když někdo ztroskotá na pustém ostrově, tak někdo musí převzít velení. A oni všichni čekají. Tam musí někdo velet, jinak by ti lidi zahynuli všichni. Takhle jsme o tom diskutovali.

Tak mi to přijde, jak o tom mluvíte, že to nebylo nepříjemný.

Ne, zdůvodnila jsem proč jsem to takto udělala anebo když mi bylo řečeno abych to nedělala, tak jsem to nedělala.

Takže jste byla otevřená té diskusi, vysvětlila jste, co vás k tomu vedlo, vyslechla jste si, jak to vidí ostatní, a přebrala jste si, jestli si z toho něco odnesete.

Jo.

Pamatujete si třeba něco, co se na tom malování opakovalo, nějaký rituály, zvyklosti nebo něco, co vás zaujalo na tom průběhu?

Ne.

Co se vám na těch setkáních nejvíc líbilo?

To rozšifrování toho obrazu.

A bylo něco, co byste udělala jinak, co vám nevyhovovalo na tom malování?

Ne.

Jaký máte vztah k výtvarným dílům vůbec? Chodíte třeba do galerií?

Máme doma hodně obrazů, mám ráda obrazy.

Čím to je, že vás třeba určitý obraz nebo socha osloví?

No, to nevím. Jako obrazů máme doma hodně a životopisů všech malířů taky, o to se celá rodina zajímá. Když jsme chodili a vybíraly se obrazy, tak jsem zůstala stát před tím obrazem a řekla, ten je nádherný, tak tady pan řekl, vy vždycky vyberete ten správný. Já si myslím, že mám umělecký cítění. Protože jsem dělala v té módě, tak když za mnou třeba přijdou a tak jim poskládám to oblečení, tak to je ono. Ale malovat neumím, to bych chtěla, to je nádherná věc.

Je to takovej váš vnitřní dialog s tím obrazem, necháte ho na sebe působit a potom se rozhodnete?

Co mě tak jako veme. To přelítnu očima a zapíchnu do jednoho a to je ono.

Že ve vás vyvolá nějaký pocit?

Jo. Jeden čas to bylo, že jsem měla děsně ráda podzim a takový ty plískanice, takový to počasí a tak. A pan akademický malíř, on tím stylem maloval, a já to měla ráda. Už tak moc ráda podzim nemám. I když ještě taky. Jako má třeba někdo rád léto, já měla nejraději podzim. A ještě mám ráda takový ty jeřabiny, podzimní barvy, vůni ty hlíny, v těch barvách mě ty obrazy oslovují.

Takže to je ta barva, která ve vás vyvolá náladu pozitivní a proto vás to osloví.

Jo.

A ty vaše dílka z ateliérku ve vás taky něco vyvolávají?

No, vůbec nic, protože to byly matlanice. My jsme měli třeba vystříhávat obrázky

a lepit je přes sebe, ale třeba to je to, že Zlatka udělala koláž, a opravdu to byl obrázek jako obraz, a já jsem to vždycky všechno dávala přesně takhle vedle sebe, z čehož zase pan Štěpánek usoudil, že to není koláž. Já všechno vždycky seřadím, nějaký řád, já všechno škatulkuju, a furt něco dělám systematicky. Ta Zlatka to brala tak nějak a byla to opravdu koláž. I když tam pan Štěpánek taky něco našel. Já jsem to nedokázala. Já jsem zase vzala obrázek, největší a pak ten a pak jsem to seřadila, a ono pořád to má ten synchronní postup, furt dávám něčemu řád.

Tak to je nějaká vaše charakteristika, kterou jste si tam objevila. My jsem mluvily o tom, že ve vás barvy na obraze vyvolávají nějaké pocity, a teď u těch vašich obrázků je to nějaká vaše charakteristika, ten řád, která vás tam zlobí.

To se nedá mluvit o obrázcích, protože koláž je nějaký plácání, ale všichni to tam plácali, jenom já jsem to tam dala vedle sebe. Jako aby nic se nepřekrejšovalo.

Máte podobnej vztah i k ostatním obrázkům nebo jakej máte vztah k těm obrázkům, které jste tam vytvořila?
Žádněj.

Přijde mi, že nejsou tak dobře technicky provedené, tak...

Nejsou vůbec nějak provedený, já neumím malovat, já jsem si toho vědomá. To byly takový jako, já jsem to brala jako součást toho, že je to nějaký můj projev a z toho se něco pozná. Ale jinak to nemá žádnou úroveň.

Takže to byl prostředek, jak sama sebe poznat, ale nevnímáte to jako výtvarné dílo, že byste ho na sebe nechala působit.
Ne.

Změnilo se něco ve vašem životě v průběhu toho, co jste prošla ateliérkem? Myslím, že pár změn jste tady jmenovala.

Celkově, když jsem se vrátila, tak jsem si některý ty informace, který jsem tam získala o sobě nebo vůbec, tak jsem si ten život přetřídila. Snažím se se některýma věcmi netrápit a jiný si užívat, ale to je samozřejmě běh na dlouhou trať, to nejde hned a taky se stále řeší nepříjemný věci doma, tak nevím, jak všechno bude.

Takže vás to nastartovalo, něco vám to ukázalo

Tak já jsem třeba nastartovaná byla, nebo jsem věděla, že ale neměla jsem k tomu odvahu, teď jsem odvahu získala, protože jsem pochopila, že prostě at' udělám to nebo to, tak to vždycky bude špatně. Takže jako vina není ve mně, ale vina je to, že je to braný jako naschvál vždycky špatně. Nevím, jestli mně rozumíte, že když něco rozležete, tak vám vynadám, a když to budete uklízet, tak vám budu nadávat taky, že to tady rovnáte.

Takže není cesta, jak to udělat dobře.

Tak.

Takže v tomto případě jste se rozhodla, že už se o to vlastně vůbec snažit nebudete.

Jo. Pochopila jsem, že nechám věcem volný průběh a nebudu se tím zaobírat a nějak to dopadne. Bud' dobře nebo špatně.

Jste s tím smířená.

Jo.

V tom ateliérku jste se cítila dobře? Vzpomenete si na nějaké téma, kromě toho ostrova, o kterém jsme už mluvily, které vás oslovilo?

Já jsem to vždycky brala jako ve škole a někdo vám řekne napište písemnou práci na toto téma. Tak se snažíte něco vypracovat.

Tam se malovalo všemi možnými technikami od pastelky po vodovky, tempery a byla nějaká technika, která vám byla příjemnější než ostatní, kterou jste si užívala?

No, tou křídou, jak se rozpatlávaly.

A v čem to bylo takový prima?

Já mám ráda hladký věci, takový sametový. Jako třeba mám pejska a dokážu ho hodiny hladit.

Že jste si užila i to hlazení.

Jo.

Napadá vás ještě něco ve spojitosti s tím ateliérem, o čem jsme ještě nemluvily, co bylo pro vás důležité a já jsem se na to nezeptala?

Já můžu za sebe říct, že prostě já jsem dřív tomu vůbec nevěřila, že něco takového funguje. Když jsem tam chodila, tak jsem to brala, že tam budeme něco malovat, ale postupem doby jsem zjistila, že opravdu ten pan Štěpánek mě rozebral vždycky, a jak říkala paní psycholožka, tak on na ty sezení s náma, na tu skupinu nechodil, a nevěděl údajně o tom, co tam řešíme. To, co se tam řešilo, se shodovalo s tím, co on řekl, třeba v jiným podání, ale podstata byla stejná, takže jsem tomu začala věřit. Že jako opravdu je to dobrý, a tak jsem si říkala, že by to malování obrázků bylo, že by mi to do budoucna pomohlo, a tak jsem se ho na to ptala, že bych i třeba na to chodila dlouhodoběji, a on říkal ať se potom zastavím v tom Voru, že tam nějaký ty skupiny budou. Ale to je zase o tom, že to mi nevyhovuje, když je tam velká skupina lidí. Mně tohle vyhovovalo, že jsme byli uzavřenéj kruh a nikdo o tom nemluvil.

Že jste tam měla to bezpečí.

To bezpečí. Protože to jsou takový intimní věci, který nechce člověk pouštět ven.

A ještě na závěr se vás zeptám, jestli vám říkají něco termíny arteterapie nebo artefiletika?

Ne.

A když to jenom takto slyšíte ty dvě slova, je vám některé sympatičtější, jak to zní?

Tak asi ta arteterapie.

Slečna Z.

Dg.: Deprese

Věk: 22

Vzdělání: SOU

Arteterapie: PL Jihlava

Kdy jste se poprvé setkala s malováním?

Tady v léčebně.

Jak dlouho to trvalo?

2 měsíce. 1x týdně. U pana Štěpánka, ze začátku, než jsem byla zařazená do skupiny, tak jsem byla u paní Klementové na arteterapii, nešly jsme tak do hloubky jako potom s panem Štěpánkem.

Teď už jste s návštěvami skončila. Plánujete v tom pokračovat?

Jo, ráda bych, kdyby byla ta možnost, tak bych toho určitě využila.

Takže vás to oslovilo. A kdybyste to mohla vyjádřit na škále 1-10, jak moc vás to zaujalo, jak byste to viděla?

7. Bylo to takový, že i to, co člověk nechce přiznat, že se to tam objevilo.

Na tom papíře se to neschovalo.

Bohužel ne, no.

Říkáte bohužel ne, ale usmíváte se u toho, jako máte z toho teď radost.

Určitě jo. To byly takový nepříjemný věci, ukáže se vám i to, co se vám nelíbí, ale musíte jít vpřed, třeba si něco uvědomíte.

Takže když jste vstupovala na to malování poprvé, vybrala jste si to sama nebo vás tam poslali?

Poslali mě tam.

Takže z donucení jste šla.

No, z donucení ne, ale měli jsme nějaký program skupinové terapie, který jsem měla navštěvovat, ale kdybych si to mohla vybrat, tak si to vyberu.

Měla jste třeba nějakou představu, když jste tam vstupovala, nějaký očekávání?

Neměla jsem žádnou představu. Já jsem věděla, že tam budeme malovat a pak se to bude nějak rozebírat, ale vlastně, že se z toho tolik dá vyčíst, to jsem netušila.

A kdybyste mohla říct, jestli jste se na to těšila nebo spíš netěšila?

Těšila. Já ráda maluju.

I ve volném čase malujete?

Ano.

Tak to je prima. A co malujete?

Maluju všechno. Maluju pastelkama, krajiny anebo kytky.

Tak to z toho vyjde potom nějakej pěkněj obrázek, kterej se dá někam pověsit, pro radost, pro známý...

Ted' byste do toho znovu šla? S jakým očekáváním byste tam šla ted'?

Jasně. Poznat víc sama sebe.

Malování vám něco dalo, i když to vždycky nebylo příjemný, co vy sama jste pro to udělala?

Snažila jsem se být otevřená. Protože jsem věděla, že musím vzít všechno, co jde. Bez toho by to nemělo smysl.

Ty témata, na kterých se pracovalo, ty vám někdo zadal nebo jste si je mohla vybrat na místě?

Zadal.

Vyhovovaly

vám?

Vždycky to bylo překvapení, protože se člověk musel dostat do něčeho, co člověk ani nevěděl třeba, co má na to namalovat.

Že vás postavil před nějakou věc a ted' se s tím poperte.

Člověk se s tím musel poprat a pak mě to začalo bavit. Že bych k tomu třeba sama nedošla, kdyby mě k tomu někdo nedostrčil.

Že vám ty témata přišly i dobře zvolený?

Protože bych sama malovala jenom věci, který vidím nebo chci vidět. Že to chce podívat se na ty věci z jiný stránky. Nebylo mi to třeba nejpříjemnější, neviděla jsem to, ale..

A pamatujete si třeba nějaký téma, který bylo takový, že jste se s ním poprala a něco si z toho odnesla?

No, to bylo to téma, co bysme chtěli udělat nebo po čem toužíme? Já jsem zrovna žádnou zvláštní tužbu neměla. Tak mi z toho vyšla taková docela negativní tužba. Namalovala jsem člověka, kterej ... takže z toho vyšla taková negativní věc. Pan Stěpánek říkal, že tam většinou nejsem, že jsem tam málokdy byla. O těch věcech přemýšlím a řeším je ještě ted'. Mám problém se proti někomu postavit, a říct, co mi třeba vadí, to jsme třeba řešili na tom kurzu, říct, co lidem nevyhovuje, já bych to raději udělala mailem nebo telefonicky, tak jako bych se schovala... Ale jako to uhodil hřebíček na hlavičku. A jakoby potvrdil mně, protože nevěřím sama sobě, nevěřím, že to fakt tak je, potvrdil mně, že to vidí i ostatní, že to nevidím jenom já.

Možná vám to dodalo i takovou jistotu, sílu....

Jo.

Dokázala byste třeba říct, co si z toho malování odnášíte? *Já si věci zapamatovávám hodně vizuálně, pro mě třeba to spojení s tím obrázkem a třeba tohle zrovna mám pořád na paměti a vybavuje se mi to v různých situacích a jakoby mě to k tomu upomíná. Kdežto když je to řečený slovně, tak se třeba stane, že to zapomenou, není to pro mě tak vrytý. Je to pro mě takový nezapomenutelný.*

Takže je to takový váš pomocník teď?

My jsme dělali třeba ten ostrov. Měli jsme to dělat všichni dohromady. Tak Jarka to začala organizovat, ty budeš dělat to, ty to, tak jsem nejdřív malovala, a pak jsem se naštvála, tak jsem si kousek toho ostrova vzala, udělala jsem si tam plot, byla tam sama, takže jsem se odtrhla. Takže vlastně tohle je taky moje standardní chování, že dělám plot vždycky, když zrovna bych to měla řešit jinak. Jsou věci, který se mi tam projeví, a vím, že s tím problémem mám.

Takže se vám tam objevovaly vzorce vašeho chování. A jak podle vás fungovala skupina?

Skupina byla bezvadná.

Myslíte si, že na sebe jednotliví členové reagovali? Že to tam proudilo? *Určitě.*

A co vám daly reakce ostatních členů, bylo něco pro vás důležitý? *To, že tu celou situaci ti lidi sdílí, že se to snaží pochopit a že vám třeba na to řeknou nějaký názor, nebo zase vám podstrčí vlastně to, co třeba, je to o tom si věřit, dát si podporu...*

Že ti lidi vám dávají zpětnou vazbu, vidíme to, potřebovala by sis víc věřit, dávají vám potvrzení, odvahu?

No, potvrdili mi třeba to, že co mi říká moje tělo, já tomu nevěřím, a když mi to řekne někdo jiný, tak tomu věřím, a tam bylo bezvadný, že jsme mluvili o tom, že já to taky tak cítím, že to je ono, že se mi to potvrdilo.

Že viděli to stejný, co vám ukazuje vaše tělo.

Řekli mi to z různých pohledů a v podstatě to bylo totéž. Základ byl stejnej, kterej já jsem nechtěla vidět.

Pamatujete si třeba nějakou reakci vedoucího skupiny, která se vám vryla?

To bylo podobný jako se skupinou. Třeba ty reakce od lidí byly takový, ty reakce od vedoucího byly trefnější. Možná i díky zkušenostem s různýma lidma. Já když jsem měla dávat někomu zpětnou vazbu, tak jsem mohla brát jenom z vlastního, co jsem sama prožila, a myslím, že ten psycholog vzhledem k tomu, že v těch skupinách je hromada lidí, takže myslím, že má i větší možnosti ..

Takže to skoro zní, jako kdyby pro vás ty reakce od vedoucího byly cennější, že byly trefnější. Pochopila jsem to správně?

Určitě no. Tam byla v té skupině hodně důležitá ta soudržnost, že ti lidi byli s váma, že se na vás nikdo nenaštvál, když jste to udělala špatně.

Takže váš vztah k ostatním členům skupiny byl pěkný, důvěra tam byla.

Já jsem v sobě probudila některý věci, který jsem neprojevovale, já jsem neprojevovale svoje emoce, takže jsem se je teda naučila projevovat trošičku, takže tam to odnášela Jarka zrovna, takže teď máme vztah, ten náš vztah je upřímnější, že si řekneme co a jak.

Takovej čistej, narovinu.... Kdybyste měla porovnat tu práci Lud'ka Štěpánka a Katky Klementové, tak říkala jste, že Luděk šel víc do hloubky..... A bylo to to, co vám víc vyhovovalo nebo ten opatrnější přístup by vám vyhovoval víc?

Ono má všechno svoje.

V čem byste třeba řekla, že je dobrý to a v čem to?
Ty postřehy od Katky Klementové byly jiný. Třeba konkrétně ten obrázek Ošklivá koláž, tak Luděk tam viděl něco, na co jsme se soustředili, a když jsme to pak probírali s Katkou, tak to bylo zase o něčem jiném a byly tam další věci. Myslím si, že jak je co člověk, to názor, tak si myslím, že je to i úhel pohledu. Na začátku, když jsem zažila tu Katku, tak tam byla hromada lidí, a neměla ani možnost, tak ta arteterapie jakoby nebyla, bylo to takový nějaký....

A kdybyste všeobecně měla říct, tak byste raději byla pro to jít víc do hloubky?

Víc do hloubky určitě. U toho Lud'ka byly lepší podmínky.

Ty setkání malovací, jak jste se cítila? Nic vás tam nerušilo?

Ne.

Byly nějaký rituály, který se opakovaly?

Sedali jsme si na stejný místa. Asi jak si ty lidi byli sympatický, tak.....

Možná je to taky taková jistota pro tu skupinu, že najde toho člověka tam, kde ho čeká, když ho bude hledat. Takhle vám to vyhovovalo, že jste věděla, kde kdo bude sedět?
Jo, byla to jistota.

Nad hotovými obrázky se potom povídalo, dokázala byste říct, jaká témata se objevovala?

Jako problémy?

O čem se nad těma obrázkama mluvilo?
Většinou o partnerských vztazích.

Na setkáních jste říkala, že se vám spousta věcí líbila, kdybyste měla vybrat jednu věc, která se vám líbila nejvíc, která by to byla?

Cirkus. To jsem byla ve svém živlu, ale potom mi to i hodně dalo, protože Luděk říkal, že jsem to tam hodně přehnala, že už to teda taky nemusí být dobrý.

Že jste si vyzkoušela i jinou svou polohu, kterou jste neznala, jste si dovolila pustit toho raráška.

V běžném životě bych s tím váhala. Ale má to svoje hranice a meze.

A co bylo lepší, že jste byla ten rarášek nebo že jste si našla ty hranice?

Že jsem byla.

Že jste si to dovolila. A bylo třeba něco, co byste udělala jinak, co se vám třeba nelíbilo?

Ne. Nemyslím si, že by mi něco vadilo.

A jak to máte s výtvarnými díly vůbec? Říká vám to něco?

Ne. Moc ne.

To znamená, že třeba do galerie nechodíte.

No, mě to zaujme, ale nějak se nezajímám o to umění zvlášť, třeba že bych šla Po autorech a studovala historii. Do galerie bych šla, ale spíš tak jako podívat se na něco výtvarného.

To znamená, že byste se šla podívat, jak někdo maluje, na nějakou techniku? Abyste i vy sama mohla doma něco líp technicky zvládnout?

Jo, anebo že na mě dobře působí. To je potom ta další věc.

A to znamená co?

Že je třeba optimistickéj, že z něho mám dobrej pocit, jen tak intuitivně.

Že ve vás vyvolává pocit optimismu, pohody. Jak by měl vypadat, aby to ve vás vyvolal, měl by být nějak barevněj, mít nějaký tvar?

Složením barev.

Takže ty barvy na vás působí, že je vám to sympatický nebo nesympatický. A ty vaše vlastní dílka ve vás vyvolávají jaký pocit?

Nespokojenost.

Jakto?

Měla bych pořád tendence to opravovat.

Jakože ještě by se to dalo líp namalovat, chtěla byste to zachytit tak jak to je, realisticky.

Jo. Ale pak když si na to zvyknu, když ten obrázek v bytě visí, tak už mi to potom nepříjde.

A jaké obrázky malujete? Optimistické barevně?

Jak který.

To se rozhodnete dopředu nebo to vyplyne?

Vyplyne to. Ale někdy mám chuť a už vím přesně, co budu malovat.

A na čem to závisí, jak ten obrázek potom vypadá?
Možná podle nálady. Někdy, když je mi hrozně, dám to na ten papír, tak je mi líp.

Že to tam jako odložíte.

Akorát to potom nejde nikam pověsit. Že tam jsou pesimistický barvy.

Změnilo se něco ve vašem životě od té doby, co jste začala chodit do ateliéru?

Díky tomu, že jsem si ty věci uvědomila, že bych na nich měla pracovat, protože se mi promítají v životě, tak se vždycky zarazím a řeknu si, že bych s tím měla něco dělat. Třeba mi Luděk řekl, že mám v těch obrázcích takovej nepořádek, chaos, že bych si měla uklidit. A vím, že se mi to promítá i doma, nemám ráda špínu, mám ráda čisto, ale takovej chaos mám všude, takový neuspořádaný všechno, takže vím, že je potřeba ty věci uspořádat, nejen na mysli. Nevím jak zatím, ale tohle je jedna z věcí, která se mi promítá v životě a jsem si jí vědomá. Já se třeba i snažím to srovnat,...že třeba nemávnou nad tím rukou, ale snažím se to srovnat aby to nebylo takový chaotický. Zatím začínám spíš okolo, možná nevím, kde začít, že je pro mě možná jednodušší, ale přijde mi, že dokud to nebudu mít v pořádku vevnitř, nebude to ani okolo. Člověk je takovej klidnější, že má dobřej pocit.

Líbila se vám taky nějaká technika?

Malovali jsme takovýma barvama, nebyly to vodovky, ale rozpíjelo se to, byly takový zářivý....

V čem to bylo hezký?

Malovali jsme tenkrát čtyři obrázky, čtyři emoce, vztek, radost, ...že to bylo takový, že i třeba ten vztek je takovej, že se nedá přesně namalovat, narysovat, že těma barvama se to tak rozpíjí,.. Bylo to takový, že člověk to jenom cítí,....

Napadá vás ještě něco jinýho, o čem jsme se ještě nebavily, a co bylo důležitý?

Nevybavuju si teď momentálně nic.

Říká vám něco pojem arteterapie a artefiletika?

Ne. Tu arteterapii jsem navštěvovala, to si umím představit.

A vyvolává to ve vás nějaké představy ty dva pojmy?

No, arteterapie je terapie malováním. A to druhý, nevím....

Paní D.

Dg.: Deprese

Věk: 36

Vzdělání: SŠ

Arteterapie: PL Brno- Bohunice

S takovým malováním jako tady jste se setkala ještě dřív nebo to bylo poprvé?

Na stacionáři předtím. A to je dost let, to jsem měla deprese, ale byla jsem u známé, ona je psychologka, a ona maluje obrázky, a já jsem byla překvapená, co všechno z toho vyčetla. Že já jsem byla překvapená z toho, že aniž třeba některý věci o mně nebo naší rodině věděla, tak mi to podle těch obrázků řekla a ono to odpovídalo.

Jak je to dlouho časově?

To bylo v roce 2000, tak to je před sedmi rokama.

Až odtud odejdete, plánujete třeba, že byste v tom malování pokračovala, jak dlouho, nebo už ne?

Ne, až se odtud dostanu, tak budu doma. Nebo takto. Napadlo mě, že u nás je jeden, teda u nás ne, ale vedle v dědině, je Pěkná modrá, stacionář pro duševně nemocný a tak, a oni se tam schází pacienti, co jsou třeba v důchodu s psychózou, ale on tam chodí i můj brácha, a tak jsem se ptala, jestli bych tam nemohla strávit nějaký den, když jako mám tu depresi a je pro mě těžký být sama doma, a ono z toho povykládání vyplynulo, že bysme mohli spolupracovat, že oni by chtěli dělat nějaký výtvarný nebo rukodělný práce, ale že tam na to zrovna nikdo není, tak jsme se domluvili třeba na barvení triček, a tak, že tam přijedu, ale ono z toho potom sešlo, protože jsem skončila tady, ale předpokládám, že až zase budu fit a v pohodě, že tam zajedu, a že se tam s něma nějak podělím o nějaký zkušenosti, co z těch rukodělných prací umím.

Takže vás to tak baví, že se o to chcete podělit. Když jste se dostala sem do ateliéru poprvé, proč jste šla malovat, měla jste o tom nějakou představu, co tam bude probíhat?

Prostě mě tam poslali.

Takže jste o tom nepřemýšlela?

Ne, nepřemýšlela. Ale vlastně jo, vlastně na základě toho, že jsem u té psychologky malovala pár obrázků a ona z toho něco vyčetla, tak jo, tak vlastně něco takového jsem od toho očekávala.

Jako že něco namalujete a víc se podíváte sama na sebe?

No, a že z toho někdo dokáže něco vyčíst. Já nevím, třeba nějaký výtvarník, tak že se na to podívá a zjistí, že tam je nějaký problém. To si člověk neuvědomuje, ale ono se mu to v těch obrázcích opakuje. Že se to dá. Jo, to je pravda, to jsem asi očekávala, protože jsem to zažila už předtím.

Že vám třeba ty obrázky ukážou něco, co si třeba neumíte teď úplně uvědomit?
Jo.

To se splnilo, to očekávání? Pomohly vám něco si uvědomit?

No, ne až tak, ale myslím si, že jo. Něco jsem si uvědomila. Ale to, co jsem si uvědomila já, to nebyly zase až tak hluboký věci, co bych nevěděla.

Když jste očekávala, že vám něco ty obrázky přinesou, a říkala jste, že ačkoliv to nebylo až tak hluboký, tak přece jste říkala, že jste si něco odnesla, udělala jste něco pro to, abyste si něco odnesla?

Tak to jsem nad tím raději moc nepřemýšlela. Já mám pocit, že když to má o něčem být, tak ten první nápad je ten pravej. Když o tom moc přemýšlím, tak už to není ono.

Takže jste se uvolnila a pak jste koukla, co na tom obrázku je, když se uvolníte. Co se tam objevovalo?

No, hlavně děti a ta rodina, a ten vztah s manželem, že oba teď potřebujeme načerpat tu sílu. Spíš načerpat tu sílu a uspořádat si ten chaos, co máme v životě. O tom to je, že jako. To mě tam napadlo. A hlavně, že na prvním místě jsou ty děti a ta rodina, soudržnost té rodiny, a ten chaos, kterej vyplývá z toho podnikání a to, tak ten, že nás ničí.

Ten chaos požadavků zvenčí....

Jak to zharmonizovat, ten chod rodiny, aby tam bylo všechno, jak práce, odpočinek, děti, zábava. Aby tam bylo vše v té míře, v jaké to tam má být, ten řád, to je asi to.

Abyste se v tom cítili líp. Ty témata, která se objevovaly v těch obrázcích, to bylo takový cvak a už to tam bylo anebo už jste do toho ateliéru přišla s tím, že toto bych si potřebovala namalovat?

Ne, moc jsem u toho nepřemýšlela. Spíš to tak nějak samo vyšlo, a třeba i když už jsem malovala, i když už jsem měla něco namalovaný, tak jsem byla překvapená, co z toho vylezlo. Že jsem netušila, co na ten papír namaluju i v té chvíli, i když jsem už začala malovat.

Takže jste malovala tak úplně spontánně.

Začala jsem malovat první věc, co mě napadla a pak jsem k tomu přidávala ty tvary a ty ostatní věci.

Takže vlastně, i když se řeklo nějaký téma na začátku, neměla jste představu, co namalujete.

Ne.

Co pro vás znamenaly ty návštěvy? Bylo to příjemný, nepříjemný?

Bylo to příjemný. Akorát mě tam vadil ten malej prostor s nedostatkem světla. To prostředí mě tam trochu vadí. Protože ten stísněnej pocit mi teď nedělá dobře. Kdybych byla normálně v pohodě, tak by mi to třeba nevadilo, ale teď. Ale celkově jsem se na to těšila, protože je to zajímavý, když z toho něco vyleze, protože když jenom někde vyžívám nebo něco dělám, tak v tom není žádný sebepoznání, ale tady v tom kreslení je.

Takže jste si z toho odnesla nějaký sebezpoznání, i když nebylo nějak hluboký. Jak jste se cítila s tou skupinou, co tam byla?
Jo, dobře. To bylo takový přirozený, tak akorát.

Takže se vám zdá, že ta skupina dobře fungovala, že jste na sebe reagovali.

Jo. Právěže to bylo dobrý, protože jsem si tam všimla u té Zdeňky, která mně o sobě hodně povídala, že ty obrázky jsou o tom, co právě prožívá, že jsem si to uvědomovala možná víc než ona sama, jako co tam maluje, že to je jako fakt její život. Možná jsem si to uvědomila na těch jejích obrázcích víc než na těch svých.

Že jste to viděla nejenom u sebe, ale i u těch ostatních, že to tak funguje. A jak jste vnímala skupinu, byli aktivnější pacientky nebo vedoucí?
Zase tak velký rozdíl tam nevnímám. Tak přibližně stejně. Že by někdo nějak čněl, to ne.

Že vám to přišlo, že to tak harmonicky plynulo, že když někdo chtěl, když cítil tu potřebu.

Jo.

A co pro vás bylo důležitější, reakce od ostatních členů skupiny nebo od vedoucího?

Já jsem měla pocit, že od ostatních členů tam toho moc nebylo. Že jsem to možná prolomila já, když jsem řekla té Zdeňce, ale u těch ostatních jsem to až tak moc nezaznamenala. Že nebyli až tak jako.. Že řekli k tomu svému, že jsem si uvědomila, že neřekli moc k těm ostatním.

Že se hodně věnoval každé tomu svému a navzájem míň.

Navzájem trochu míň, jo.

Vy jste byla taková otevřená, že jste vzala takový riziko, takovou odvahu, jste riskovala, že s tím Zdenka nebude souhlasit. To byste třeba chtěla i od těch ostatních?

Jo, jako jo, to bych očekávala i od těch ostatních. Mohli by toho víc vědět.

Jako, že víc hlav víc ví, že můžou vidět, co třeba vy nevidíte?
Přesně tak, no.

A bylo přece jen něco, co jste se, i když toho bylo málo, od nich dozvěděla?

Ted' mě nic nenapadá. Mně to spíš samotnou, když jsem se dívala na ty obrázky, tak spíš mně samotné to pak docvakávalo, až když jsem ty obrázky viděla, ne když jsem je malovala, ale až když jsem se na ně dívala, co tam všechno je, že jsou tam ty témata, který momentálně úplně prožívám, mě oslovují, tak teprve potom, ale ne při tom malování, až potom s odstupem.

Takže spíš jste si tam ty věci nacházela sama než že by vám někdo druhý v tom pomohl. A k těm ostatním členům, jako cítila jste se s nima dobře, ale chyběla vám tam větší aktivita.

Jo, možná větší aktivita, no. Třeba u někoho, třeba u té Zdenky, Zdenka se taky rozmluvila, ale třeba ta paní Jiřina byla docela pasivní, že bych od ní čekala víc. Možná jo, že bych očekávala větší aktivitu, tak to určitě.

Že kdyby byla celá ta skupina aktivnější, že by se třeba víc věcí tam dělo, a na víc věcí byste si mohli navzájem pomoci přijít.

Třeba aby se nekoukali jenom po těch svých obrázcích, ale taky aby zkusili zareagovat na ty druhé, jestli vidí nějakou souvislost mezi tím obrázkem a tím člověkem, protože když už se někdo rozpovídal, většinou se rozpovídal o tom svém. To je jasný, ale mě by víc zajímalo, když někdo nezávisle vidí na obrázcích někoho druhého a na něm nějakou souvislost s tím jeho životem. Tady toto kdyby někdo víc povykládal. Ty souvislosti, co vidí u ostatních.

Já když jsem měla pocit, že třeba toho o té paní Jiřině moc nevím, a z těch obrázků jsem se zase až tak moc nedozvěděla, no, že je spíš taková mírná, a možná uzavřenější, že toho o sobě až tak moc nepoví, a ty obrázky mi přišly takový ploché, že moc nevypovídaly. Na rozdíl třeba od té Zdenky, ta byla úplně čitelná, to byl úplně její život.

Takže ta čitelnost je taková, že jenom když je člověk otevřenější a čitelnější, může předat nějakou informaci a s tou se dá něco dělat.

Jo.

A máte třeba nějaký dojem z vedoucí skupinky, byla čitelná, nebyla, chtěla byste aby víc reagovala nebo méně.

Možná víc. Já furt mám v hlavě, co ta psychologka dokázala vyčíst z těch několika obrázků a pro mě to bylo fascinující. A pro mě je to dost vysoko nastavená laťka.

Že jste otevřená a nastavená to přijmout.

Jo. Takže víc těch reakcí, nebát se do toho jít. Aji třeba i negativního, aby člověk měl podnět, na čem pracovat. Říkám, jako kdybych nezažila tady toto před těma rokama, tak bych netušila, že to se dá až tak, tak bych třeba byla teď spokojená. Ale ta laťka byla mnohem výš, tak bych očekávala víc.

Já vás vnímám jako silnou ženskou, že byste raději ty problémy řešila než dělala, že je nevidíte a usmívala se. Takže vlastně jakej zážitek to teda pro vás byl, ta návštěva ateliéru?

Brala jsem to jako víc než ostatní dílny. V ostatních dílnách se o sobě nic nedozvím, ale tady ta šance byla. Takže určitě bych to nezařadila do stejné řady jako dílny.

A ty setkání probíhaly tak, že byly tam nějaký rituály, který se opakovaly, něco co se vám líbilo nebo nelíbilo?

Tak já jsem tam byla jen párkrát. Ale jako třeba ten čaj, že byl připravený, to bylo perfektní. Je to maličkost, ale jako udělá to hodně. Jako víc to stmělí, je to větší stmelení, že jsme tam víc dohromady.

Nad těmi díly se o něčem mluvilo, byly nějaký častěji se opakující témata?

Spíš o tom, že to, co člověk namaloval, to bylo to, co by si přál, co by v tu chvíli pro něj bylo příjemný, aby to bylo. Takový intuitivní přání, aby tohle se splnilo. Z toho mám takovej pocit, že to převládalo.

To co člověku chybělo, to si vytvářel, na to se těšil. Změnila byste něco? *Aby to bylo ráznější, i na úkor toho, že by to bylo nepříjemný.*

Co se vám na tom nejvíc líbilo?

To nevím, teda. Tak jako mám to ráda, vždycky mě od malička takový psychologický věci přitahovaly, a tady to spojení, že člověk na sebe může vyzradit i nejenom slovy, ale i různou jinou činností, co je a co není, a taková ta možnost sebepoznání, jako že tady v tom byla. Takže ta příležitost toho sebepoznání.

Vy jste říkala, že si s tím výtvarnem pohráváte už delší dobu. Jak to máte s výtvarným dílami vůbec?

Já mám pocit, že tomu kolikrát vůbec nerozumím. Někdy mě něco osloví, ale že bych byla nějak z těch, co se chodí dívat na obrazy. Prostě tomu nerozumím. A nechápu proč. Jako možná, že kdyby mně o tom někdo povyprávěl a svým způsobem otevřel oči, že bych to pochopila, ale já jsem nikoho takovýho zatím nezažila. Jednou jsem zažila, že jsem chodila do dramatického kroužku a nikdy mě moc nebavily básničky, a najednou jsme tam měli paní učitelku a začala s náma dělat básničky, začala je rozebírat, a já jsem najednou, jakoby mně otevřela oči, a prostě já jsem se na to začala dívat jinak a zjistila jsem, že se v tom dá objevit spousta věcí. Ale už je to zase dávno, x let, už to zase opadlo. Už zase v těch básničkách neumím číst, ale tenkrát to byl úplnej objev, kterej mi někdo zprostředkoval, ten někdo, kdo to uměl, kdo to cejtíl, a myslím si, že i s těma obrazama by to mohlo být to stejný.

Pro vás je to vlastně nějaký anonymní dílo, co nevíte, co to je. A kdyby někdo přišel a řekl, tohle jsem namaloval proto, a toto jsem u toho cejtíl.

Přesně tak, mně víc oslovují obrázky, když něco namaluje někdo známej, i když je to třeba v postatě kýč, tak se mi to líbí víc než když potom přijdu do muzea a viděla jsem nějaký extra obrazy a mně to nic neříkalo. Jestli mně nějaký obrazy něco říkají, tak to je, že ve mně navozují nějakou atmosféru, nějaký pohled. Mně se docela líbí ty obrázky z Vysočiny, ted' ani nevím jméno, akvarely z Vysočiny, jsou dva, a oba se mi líbí. A moderní umění mně teda jako vůbec nic neříká.

A ty obrázky z Vysočiny se vám líbí proč?

Protože Vysočinu mám ráda, prostě tam je pohoda, je to příjemný, na Vysočinu mám příjemný vzpomínky, co jsem tam zažila...

Takže vy si tu Vysočinu užijete, vyvolá to ve vás pocit, na chvíli jste v jiným světě...

Nebo třeba máme doma obraz, co jsme zdělili po babičce, Maria s Ježíšem, a to maloval jejich soused, a mně to připadne hrozně hezký, protože to maloval obyčejnej smrtelník, normálně z dědiny, a namaloval to, a mně to přijde krásný, protože s tím mám spojený něco víc než kdybych to viděla někde pověšený. Nebo třeba mamka maluje nějaký obrazy, tak ty její obrazy, tak ty ne že by byly nějaký extra, ale když se

na to dívám, tak si říkám, tak toto udělala, toto namalovala, a obdivuju to, protože vím, že to muselo dát hodně práce, že si s tím musela hodně vyhrát, a že bych to tak zdaleka vůbec nedokázala. Spíš obrázky nějakých známých nebo přátel mě uchvátí víc než nějaký díla.

Ty obrázky máte spojený s nějakou zkušeností s nima..
A tím, že to dokážou, že mají takovej talent.

Takže pak už to není jen směs barev, třeba i dobře poskládaná, ale už je tam...
Ten člověk.

S tím jeho světem. A ty vaše dílka, který děláte v tom ateliéru, ty ve vás vyvolávají taky takový pocity?

Mě překvapilo, když jsem tam malovala, z těch třech obrázků, že fakt z toho vykoukly, vůbec jsem nad tím nepřemýšlela, začala jsem malovat, a úplně absolutně z toho vylezly ty hlavní témata, co teď prožívám a jako až tak moc, že mě to úplně zarazilo. Že to, co mě teď nejvíc tlačí, co teď řeším, že se objevilo na tom papíře úplně čitelně.

Změnilo se teda něco ve vašem životě, když jste byla v ateliéru a koukla jste se na ty svoje témata?

Tak to nevím, asi jsem si uvědomila, že nejhlavnější tam byly děti, ta starost o děti, a ten vztah s těma dětma, a to pořád řeším, že nejsem doma, a to, že jsme na tom s manželem momentálně oba psychicky blbě stejně, tak to si uvědomuju oba dva, a že oba potřebujeme nabrat tu sílu, tak to si uvědomujeme a čekáme, co se vyklube nějaký ten duben, květen, že snad alespoň trošku se to posune a už budeme dál. Že na jednom tom obrázku to bylo úplně vidět, ta touha po té síle, kterou momentálně ani jeden nemáme.

Vy jste si uvědomila na základě těch obrázků, že to je to, co vám nejvíc chybí.

Já jsem to asi podvědomě věděla, ale ty obrázky mi to ukázaly jasněji, důrazněji.

Takže to je vlastně to hlavní zjištění, které si odnášíte, že potřebujete energii a rodina je nejdůležitější.

No, to jsou ty dvě věci, který teď řeším, který jsou nejdůležitější, ale zároveň jsou rozkolísaný. Ale zároveň to je ten základ toho mého života. Nic ostatní není tak důležitý.

Vzpomenete si ještě na nějaký jiný témata kromě těch vašich, přání, nebo té vaší touhy po klidu, rodině, která vás zaujala?

No, mě tam zarazil jeden obrázek, že jsem měla pocit, že se mi to asi v životě stalo taky, jak Zdenka malovala ty barevný čáry a takovej to na mě působilo jako pestřej a dobrodružnej život a najednou to chtěla udělat ještě barevnější, tak to sklopila, a bylo z toho něco jinýho. Mám pocit, že jsem taky v životě zažila, že jsem chtěla žít takovej zajímavěj, pestrobarevněj, různorodej život, nějaký dobrodružství a tak,

a potom jsem najednou, přišla nějaká krize, a všechno bylo jinak, že to, co jsem do té doby cítila, že to byl omyl, tak to mě hodně oslovilo. Že už jsem to někdy dávno taky zažila a bylo to hrozně silný, bylo to docela silný a těžký období, proto mě to oslovilo.

Takže vlastně i v těch dílech druhých jste si dokázala najít kousek sebe.

Některý díla mi byly třeba vzdálený, jako třeba mě moc neoslovily ty díla paní Jiřiny, protože jsem měla pocit, že jsem jiná, a že mě ty její dílka se nedotýkají, že su jiná. Ale prostě ty dílka Zdenky, tam ten jeden obrázek, to jsem si říkala, to jsem taky zažila toto.

A čím to bylo, že se vás ty díla paní Jiřiny nedotýkaly?

Nevím, mně připadly takový mělký, lehký, možná jenom takovej odpočinek. Možná po tom touží, úplně obyčejným odpočinku, a já prostě prožívám něco jinýho, jsem někde jinde. Asi jsem do toho víc ponořená.

Takže na vás ty díla nijak zvlášť nepůsobily, nevyvolávaly ve vás žádnou emoci?

Ne, a vůbec jsem někdy nepoznala, co k čemu patří. U těch jinejch děl jsem to dokázala poznat, u těch jejích ne. To bylo takový hodně stejný.

Že tam tak nebyl vidět ten prožitek. A ty techniky, který jste zažila to byla hudba vodovkama, a předtím jste malovala ten portrét tužkou. Jak na vás působily ty techniky?

Mně to přijde, že je mi to jedno. Těma vodovkama jsem už dlouho nemalovala, v podstatě mám pocit, že vodovkama moc malovat nemusím, ale zas mám pocit, že tady na tyto obrázky to nevadí, jestli se to rozpíše nebo ne.

Když malujete nebo kreslíte, tak kreslíte většinou tužkou?

Tužkou anebo když, tak temperama. Ale ty portréty temperama neumím, temperama maluju jiný obrázky.

A v čem jsou ty tempery jiný než ty vodovky?

Ty vodovky, já nevím, na tu techniku vodovkama jsem ještě nepřišla. Kromě toho, tempery přece jenom, tam se dá něco skrýt a předělat nebo opravovat, a nímrat se s tím, ale s těma vodovkama to nejde. Tam musíte mít nějakou představu. Nevím. S těma vodovkama to prostě neumím. Nevím, jak na to. Možná, kdyby mi někdo vysvětlil tu techniku těch vodovek, tak by mě to třeba taky začalo bavit, ale to se zatím nestalo. Tak ty vodovky fakt nevím. A u těch temper, tam jsem si na to přišla, že můžu překrývat barvy, míchat barvy, a když se něco nepovede, dá se to předělat, u těch vodovek to nejde.

Ty tempery máte víc ve své moci, ta vodovka si tam dělá, co chce. Máte nějakou představu o tom, co to je arteterapie a artefiletika?

To druhý slovo jsem nikdy neslyšela. A arteterapie, o tom asi představu snad mám. Že s pomocí nějakýho umění poznávat, prostě nahlížet do duše člověka. A to druhý...

Když slyšíte slovo arteterapie, máte s tím spojený nějaký pocit?
Mělo by to být něco, s čím by se mělo dát pracovat.

Je to příjemná představa?
Jo, příjemná jo, ale musí počítat s tím, že se mu tam otevře třeba něco, co nechce slyšet a záleží na tom, jak moc do toho jde. Když se otevře a chce to slyšet, tak může, když nechce, tak nemusí.

Takže příjemný, když je na to člověk připravený.
A když je k tomu otevřený, když má odvahu.

A to slovo artefiletika, to vám zní jak? Vyvolává to ve vás něco?
Ne.

A byl by pro vás z těchto dvou termínů některý příjemnější?
Tak asi ta arteterapie. Podle toho, co jste mi říkala, co je ta artefiletika., tak mám představu, že bysme třeba se skupinkou dětí tvořili nějaký společný dílo a každý by tam měl vytvořit něco, a že bysme si s tím tak hráli,.....

Napadá vás ještě něco důležitého, co vás zaujalo a co jsme nezmínily?
Spíš možná, že by se dalo podle těch obrázků poznávat průběh a vývoj té nemoci, že by to doktoři mohli brát vážněji, že prostě kam se to posunuje, kterým směrem se to ubírá, že by i oni z toho mohli mít užitek.

Takže to vnímáte, že tak jak se to v ateliéru vytvoří, že to tam zůstane a není to propojené.
Že by to mohlo mít větší váhu než to má, zatím to žádnou váhu nemá.
Ted' mě napadlo, že třeba by se to mohlo uplatnit třeba i v manželských poradnách nebo s dětma, kde by se to mohlo víc uplatnit než tady na oddělení, kde je to hlavně o lékách.
Bratr má schizofrenii, a on psal povídky, a vyhazoval to, a my jsme to lovili z koše, a ta známá říkala, že ta diagnóza z toho je cítit, že ten člověk potřebuje léčit, pomoci. Že je to škoda nechat jenom tak někde ležet, ale i pro tu léčbu to může být důležitý.

Paní J.M.

Dg.: Deprese

Věk: 54

Vzdělání: ZŠ

Arteterapie: PL Brno- Bohunice

Tak já jsem si na vás připravila pár otázek ohledně toho malování, jestli vám to něco dalo nebo nedalo,...

No, mně to dalo, protože jsem byla vybraná, doktorka mně řekla, že mě tam zařazuje, já říkám, Ježíš Maria, to by tady měl být můj starší syn, protože on teda velice rád odmalička maluje a kreslí a rysuje, tak jsem si říkala, to bych ted' potřebovala, tu jeho zkušenost. Protože když ten jeho syn se měl narodit, tak nad postýlkou mu nakreslil dva Mickey Mouse zpaměti. Tak jsem říkala, že tadytu zručnost bych potřebovala. No, ale je to tam, že se to někdy promíne, a že může člověk, aji když neumí a nevěnuje se malování, tak že může nakreslit a pak se o tom vykládá, takže doopravdy je to příjemná záležitost. A velice se člověk ponaučí. A je to zkušenost do života.

Ta zkušenost do života znamená, že se z těch obrázků něco dozvíte? *Že se dozvím a že člověk i když si řekne, to nesvedu, to mně nepůjde, malovat neumím, kreslit neumím, co to tam bude, a najednou ten strach, a je to takový cílevědomý, že to spadne a člověk ať se snaží jak se snaží, alespoň něčeho docílí. No, a ještě když ta muzika, tak to úplně spadlo, ten strach, a jak kdyby si člověk řekl a neboj se a běž do toho. Jako s dětma jsem dělala takový domečky a šneky, ale když oni potom sami, tak jsem od toho upustila a říkám, nenapadlo by mě vzít papír a pomalovat, no a ted' jsem byla tak jako ráda, a doopravdy aji to sezení bylo takový velice příjemný. A takový odpočinkový, že ty starosti a problémy úplně opadnou a prostě se soustředí tady na tu práci a doopravdy se u toho odreaguje a takový odpočinkový, takový hrozně odpočinkový to je. A nabral člověk tu sílu. Měla jsem z toho strach, ale už ne.*

To bylo poprvé, co jste takto malovala? *Úplně poprvé. Co jsem vyšla ze školy, tak jsem se s tímto nikde nesetkala, ani nikde jsem to neprovozovala, takže to bylo úplně poprvé. Ten první den jsem šla a to jsem měla dušičku až někde v žaludku, ale upadlo to, a doopravdy jsem říkala, ne, běž do toho, bylo to příjemný, a vy jste příjemná a paní doktorka taky, takže ono to jak člověk namaluje ty obrázky a jak potom o tom vykládá, a ted'ka zjistí, jak druhý maluje, co tam je, tak taky se tomu člověk učí. Takže to doopravdy dá hodně člověku.*

Jakože se přes ty obrázky můžete podívat víc na ty druhý?

Ano.

A co je v těch obrázcích takovýho, že můžete přes ně druhýho poznat? *Já jsem to právě vycítila, že vlastně jsme tam čtyři nebo tři a každá to kreslíme jinak a ted'ka jsem poznala u té hudby, že člověk jak to poslouchá, tak tu představu má každá taky jinak, že každá je jinačí, a tak každá ten obrázek vydává úplně jinak, úplně prostě jako své zkušenosti a tak jsem si to jako říkala, že doopravdy aji třeba kdyby se*

vzaly obrazy a teďka byl každý obraz o něčem jiným, a rozpovídalo by se o tom, tak že by to taky tak nějak vyznělo. Každý dílo v sobě něco má. Tak jsem si to dávala, že kolikrát aji přijdu na pokoj a tak si to jako v hlavě srovnávám a tak jako prostě jsem na to přišla, že doopravdy ono třeba si řekne, jde se na výstavu, ale ono takový výstavy a takový to do sebe určitě něco má a doopravdy, když ty obrázky nebo něco jsou doopravdy každý jiný, že namalován, nakreslen, podán, má to do sebe něco.

Jako, že každý ten obrázek na vás nějak jinak působí?

Ano. Je to o něčem jiným, není to všechno jako na jednu hromadu.

Takže vás to zaujalo natolik, že byste třeba ještě chtěla malovat, chodit do toho ateliérku?

No, tak jsem si právě říkala, že možná, tak jsem tak přemýšlela o tým, že člověk to prostě neumí, tak možná by se aji tak naučil, že? Třeba když by víc kreslil, třeba ty ruce nebo že by do toho za čas přišel.

Co vás na tom nejvíc zaujalo? Je na vás vidět, že se vám to líbilo.

Že jsem to překonala, a že doopravdy člověk v tom životě prostě nesmí se bát. Pořád jako říkat si nebo podceňovat se, tak. Tak to by se člověk podceňovat neměl, protože když to nepůjde teď, půjde to za chvíli, nebo půjde to za měsíc, nebo půjdu tam podruhé a zkusím něco, takže ono zase nějaká čárka bude navejš, tak tak jako jsem to brala. Zkoušet to, tak jsem si tak říkala na pokoji, ono je učit, učit, učit. Takže tak jako jsem si to odpovídala v sobě. Protože když jsme spolu zasedly k tomu stolu, tak se mi chvěl celý žaludek, celé tělo, to se přiznám.

Byla jste nervózní.

Hm, byla, byla, hodně. Ted' říkám, Ježíš mankote, co, a potom člověk vstoupí do té místnosti a pak to tak jako padalo postupně a teď už je to takový, že člověk tam jde A takovej pocit už nemá. Už je to takový vyrovnaný. Pořád jako, co budu malovat, co z toho vznikne, a potom, když člověk dal ty obrázky před sebe a když viděl, a třeba jsem říkala Dáší, jo, tobě už je to vidět, že už ses tomu věnovala, a ona řekla, to nevadí, ale tobě zase říkal něco jinýho, tak my jsme si to takhle říkaly. A ono aji tím povídáním, tak ono to upadá. Upadá ten strach a upadá to napětí. Asi to velký podceňování.

Jo, vy jste vlastně zjistila, že se někdy zbytečně podceňujete, že jste zvládla nakreslit pěkný obrázky, že jak jste říkala, že na vás působí výtvarný díla, že i ty vaše obrázky na ty druhý působily.

No, z toho jsem měla hrozně velkej strach. Potom teda ten strach upadal a zjistila jsem, že aji když tam člověk něco to, tak se to z toho dá vyrozumět a dá se o tým vykládat. Že je to příjemný. Já jsem říkala, to je jak malý dítě, z toho jsem měla radost, ale že je to tak, no.

A když řeknu mému synovi, že jsem něco takovýho dělala, tak mi taky věřit nebude, protože řekne, mami, tys v životě nemalovala, tak bude překvapenej.

Takže my jsme vlastně spolu poprvé malovaly ten velký obrázek společně a podruhé se potom malovalo na tu hudbu. Vy chodíte i na jiný dílničky, je to malování v něčem jiný?

Tady u toho malování spíš musí člověk přemýšlet. Myslím si, že to je tady jako víc na přemýšlení, fantazie a taková jako. V těch dílnách nad tím člověk víc nepřemýšlí, dělá to jak technicky, automaticky, nepřemýšlí, ale tady nad těma obrázkama musíte. Tady tu hlavu a tu paměť člověk musí. Takže to je takový rozdílný. Tady toto je změna. Jak uděláte jednu čárku, druhou čárku a tu fantazii do toho musíte dát.

A je vám to víc příjemný nebo míň příjemný?

Jo, je to příjemný. Říkám, nemusí člověk úplně sedět křečovitě a jde to se uvolnit, je to v takové lehké fázi. A je to takový uvolňující.

Takže vy jste měla takový očekávání spíš negativní.

Protože já jsem nikdy nikde takhle nebyla, první zkušenost, v první skupince. A teď jsem říkala, Ježíš, holky, no jo, vy to budete umět, každá to bude mít, jak se říká, na jedničku, vzorový, a já tam takovej to.

Ale nepotvrdilo se to naštěstí.

Tak to taky pomohlo, že se člověk nemusel před tím kolektivem stydět, tak jsem to taky brala. Že doopravdy to povzbuzení a to všechno, taky jako pomůže v tom kolektivu. Ale přitom aji ta Jana říkala, ono i na té komunitě, když se řekne malování, tak takové zděšení, ale ono to člověk musí udělat ten první krok a pojd' na to, jak to tam je, jak se to tam vede, o čem je to, a pak člověk uzná, že je to fajn.

A co se vám na tom nejvíc líbilo?

Nejvíc teda se mně líbily ty melodie. Že ono aji jsem si říkala, že by se aji u rádia nebo prostě s tou muzikou, jako jo, to se mi líbilo. Taková změna. Že bych nikdy neřekla, a kdyby mně to někdo vyprávěl, tak řeknu, dobře, vím, že třeba když ta krajinka nebo v přírodě, ale pak jsem si říkala Pane Bože, podle muziky, jak kreslit obrázek podle muziky? Jo, anebo jak se do toho zaposlouchat? Tak to jaksi jsem si nedovedla představit. Jo, a to můžu říct, že tady toto všechno jsem prožila prostě úplně poprvé na sobě, jsem zkusila, co to obnáší. Co to je, a jaký to má výsledek. Protože aji když člověk dostane nějakou knihu nebo nějakou ten obrázek, tak vždycky to tak nějak nakreslíte nebo vždycky se to dá nějak tak, ale tady toto, to člověk doopravdy tu fantazii a prostě si to představí podle té muziky a toto musí zpracovat. Aji jsem si říkala ten odhad, bude takový, nebude takový, je to pravda, je to, tak jako jsem to vnímala.

Jako jestli třeba ostatní budou mít podobné představy jako vy?

Přesně.

A jaký to bylo? Myslím, že to bylo dost podobné...

Měla jsem radost. Udělalo mi to radost, jsem si říkala, tak zase něco novýho. Byla to taková tajná skrýš. A když jste to pustila ze začátku, tak jsem si říkala, Ježíš, jak to

mám poznat? A potom jako zadume a prostě zkusí a jako ono to... jsem si říkala, jé, tak prázdněj papír neodevzdávám.

Je to tak, že vás ty obrázky vedou k tomu přemýšlet o to, jak já to vlastně mám?
Ano. Protože aji když jsem vzala vaši práci, tak jsem dumala, tam je toto, tam je toto, takže prostě jsem nad tím tak přemýšlela a pak jsem si to dávala dohromady a ono člověk se tím jak kdyby učil. Tak bych to jako brala. Že člověk vlastně poznává i toho druhého, jak malujou ti ostatní, a potom si to tak nějak srovnává, dává dohromady, no, taky je to takový odreagování a tu hlavu to tak jako pročistí.

Co se vám líbilo na tom povídání o těch obrázcích?

Že se dá ten obrázek tak rozpítvávat, jako barvy, ted' ta motivace, co to znamená, a rozšiřovat to, to jsem byla překvapená.

Dalo by se říct, která ta technika se vám líbila nejvíc?
Ta hudba byla velice příjemná. Protože to byla veliká, veliká změna, jo, když si třeba vezmete nějaký obrázek z knížky nebo z pohlednic, nebo z kalendáře, tak, že to je takový jako prostě běžný, ale ta hudba, to je málokdy, že se s tím člověk potká. Alespoň já jsem se s tím setkala poprvé.

Když se malovalo na tu hudbu, tak to byly tři skladby a vznikly na to tři obrázky...

To byla řecká, já mám takový ty písničky z Řecka, Bulharska, moc ráda, to já dřív aji když jsem šla nakoupit, ale dřív aji tady na České v Brně hrávali. A já jsem se zastavila a poslouchala jsem chvíli.

A co ve vás tento typ hudby vyvolává? Máte třeba radost, chce se vám tancovat?
Přesně. Že je to takový veselý, a tak jsem to poznala, že ti lidi z této muziky, že se umí bavit. Proto aji já mám ráda takový lidový, protože se můžete uvolnit a není to načasovaný, ted' musíš tancovat to a ted' musíš tancovat to, a prostě v těch lidech, když taková muzika jde, tak si myslím, že ta radost je v nich, taková odvaha se odvázat.

A co pro vás ty návštěvy ateliéru znamenaly?

Bylo to takový odpočinkový. Třeba se člověk soustředí na to kreslení nebo malování a už nepřemýšlíte, jestli jste zapomněla tam něco nebo tam něco.

Že vás to pohltí.

Ano.

A odnesla jste si z něho něco třeba ven, že jste potom o tom ještě přemýšlela?

No, to víte, že jsme to s holkama v jídelně probíraly. To jsme si řekly, tys to měla takový a ty takový, a šlo si tam něco přidat, jo, jako je to takový poučný.

Když říkáte, bylo to poučný, co vám přišlo poučný?

No, to, že člověk doopravdy poslouchal a musel tam prostě jako vložit tu svoji fantazii a představit si to, a jak by to tam všechno vměstnal, jak by to chtěl mít, a jaký barvy,

a tak jako všechno sladit.

A bylo to příjemný?
Jo, příjemný. No, tak stalo se tam taky, třeba ten začátek jako, tak a co teď jako, ale zase to spadlo časem.

A ta skupinka v tom ateliéru, ta fungovala dobře? Cítila jste se tam dobře se všema?
Ano, cítila jsem se dobře. Právěže člověk už s těma děvčatama, už je prostě na pokoji, v jídelně, tys to měla takový, doma to máš takový, takže když člověk jako tak chodí, tak cejtí jako kdyby to bylo domácí.

Že jste se cítila v bezpečí?
Ano, bezpečně.

A když jste se koukala na obrázky holek, tak jste se divila, jak to namalovaly nebo nedivila?
Ano, divila jsem se a právě jsem dostala aji takovou odvalu, že jsem si říkala, co ony budou říkat, nebo mně se to nepovede, já to neumím. A tady to s člověka spadne a řekne si a uděláš to, jak to uděláš, a ono se o tom povykládá, a buď se to pochopí nebo se to nepochopí, tak se to potom nějak vysvětlí.

Vy jste každá malovala jinak, přišlo vám, že se k vám ty obrázky, tak jak jste je malovaly, hodily?
No, já jsem chválila tu Dášu, a ona mně zase říkala nedělej si z toho nic, prostě já jsem se to učila, tak já vím, jak to mám chytnout a to všechno, a zase člověk to musí brát úplně jinak, že když se tomu něco věnuje, nebo o něčem něco víš, a když nevíš o ničem, tak prostě to je zase tvejma očima, tvejma rukama. Tak potom byl člověk takovej klidnější a říkal si asi to tak má být.

Takže jste se uklidnila, že umíte namalovat obrázek i vy a užila jste si to. A z těch členů skupinky přišel vám někdo výrazně aktivnější než ti ostatní?
No, tak myslím si, že ta paní Zdenka, že do toho dala takový to moderní malování, s těma barvama, takový ne jednoduchý, tak ono je to vidět, že ji ty věci jako kroniky, výstavky, že je vidět, že už něco ví, a že to jako provozuje, a že se tak do toho dala.

Takže jste ji vnímala jako aktivní, že tam vnášela něco nového, to moderní. A jaký to pro vás bylo?
Poučný. Prostě každá do toho dala něco a člověk si z toho mohl u každého toho obrázku něco vybrat a poučit se, jak by to doopravdy mělo být a ..

Jak by to mělo být, jako jak to líp namalovat?
Ano.

A přišlo vám, že vedoucí toho ateliérku, že reagoval hodně, málo nebo tak akorát.
Bylo to hodně příjemný, poučný, nemuselo jako prostě, ta hudba tomu stačila, a pak jak se k tomu vykládalo, a tak to stačilo.

Pamatujete si na něco, co se v těch setkáních opakovalo, co vám bylo třeba příjemný nebo nepříjemný?

Příjemný bylo třeba, že tam byl ten čaj, teplej čaj, to aroma a to k tomu jako dá takovou atmosféru. A taky, že potom si mohl člověk sednout a vykládat, třeba rozebírat, bylo to hodně příjemný. Taková nálada...

Zaujalo vás tam něco z těch obrázků, co si ještě teď pamatujete? No, z těch obrázků mám v sobě, a jsem si říkala, že až přijdu domů, že pozvu staršího syna, protože on hrozně rád maluje, že zkusíme, že taky pustíme tu muziku, a že budeme spolu malovat. Tak to bych jako s tím synem zkusila. Tak jestli to už někde zkoušel na tu muziku malovat?

Je na vás vidět, jak se na to těšíte.

Těším, no. Jsem zvědavá, jak on to dá najevo, jak on bude mít náhled na to malování, protože říkám, to byla pro mě taková hrozně velká novinka, a ještě teď o tom přemýšlím.

Nad těma obrázkama se povídalo, co na nich je, co k tomu kdo cítí, jak to vnímá, zaujalo vás něco, co někdo řekl? *Mám tu holčičku s tou maminkou namalovanou. Že člověk, když sem přijde, tak je tady zavřený a doopravdy přemýšlí jenom o těch dětech. Že jako spoustu věcí hodíte za hlavu a srovnáte si, že ty děti a že je to takový upřímný, že vám do očí řeknou: Mám tě rád, tak to jako mám před očima.*

Že vám to ukazuje, jak jsou pro vás ty vaše děti důležitý a jak je máte ráda?

Hm, to jste přesně odhadla.

A bylo něco, co se vám na tom setkání nelíbilo, že jste si říkala, kdyby to nebylo, bylo by to lepší?

No, to jsme si potom říkaly, že kdyby bylo třeba třicet stupňů. Že to větrání je tam opravdu teda málo. To by tam jako bylo zapotřebí. Ale taky jsme si říkaly, že se možná chodí v létě ven. Tak to jsme taky teda probíraly. A pak jsme si říkaly, že asi je tady těch místností málo, tak člověk musí brát, co je. Ale pak jsem si zase říkala, jestli ta tmavá místnost k tomu taky nepatří, já jsem nikde jinde nebyla, jestli to tak nemá být. Že jsem nikde nebyla, tak nemůžu porovnat, jestli tam má být víc světla nebo větší prostor.

A myslíte si, že ve větším prostoru s více světla, že byste se tam cítila líp?

Tak bylo by to. Protože eši si vzpomínáte, jak se udělalo Marušce špatně, tak jsme to v jídelně probíraly, eši to nebylo tím větráním.

Takže kdybyste si mohla vybrat, brala byste světlejší místnost, větší...

Aby to bylo vzdušnější.

A jak to máte, paní Jiřinko, s uměním? Máte třeba ráda nějaký obraz, sochu, malíře, chodíte na výstavy nebo něco?

No, moderní tak ne. Ale dřív jsem měla moc ráda Čapka, Lady, ty dětské obrázky.

Ty jsou takový pohádkový...

Jo, takový pohádkový. Protože jsem četla svým dětem pohádky před usnutím, tak jsem jim vybírala knížky s obrázkama. Ale nebyla možnost někam chodit,...

A v čem byly ty pohádky takový pěkný pro vás?
Právě já jsem si představovala tu hravost, lehkost, veselost. Možná proto, že já už takový to zklamání, a vlastně jsem neprožívala nic moc příjemného, tak jsem si taky tak jednou seděla na tom pokoji a říkala jsem si, že tam jsem to hledala, nebo že prostě jsem si tak dávala nějakou sílu nebo nějakou energii.

A jak to máte s těma svýma obrázkama? Taky jsou takový veselý, že tam najdete to, co vám chybí, nebo je tam právě to, co vám chybí?

No, tak je to takový nějaký přání. A teďka vím, že moje zdraví už to nedovolí, abych jela, ale to Řecko, no a Paříž, ale říkám, no, ale je to takový sen v těch obrázcích a pak jsem si říkala, ještě že jsem to tak svedla.

Že jste byla ráda, že se vám to tak povedlo, a že jste si to tak užila.

No, no, no. No, já jsem si říkala, snad to někdo pozná, to nakreslený. A poznali jste to, tak jsem si říkala, zas to tak není špatný.

Když jste začala chodit do toho ateliérku, změnilo se něco ve vašem životě?

No, že člověk tam jde a už přemýšlí, co se tam bude dít.

Že se těšíte?

No, jo, jo. No, jako z čeho se bude dělat a co se bude dělat.

Takže vám to tady zpestřuje ten pobyt? Dělá ho příjemnější?

No, no. I taková zvědavost. Co to bude, co nakreslím. A člověk se na to i rád podívá, pozná zas něco jiného. A i ty druhý.

A kterou techniku, čím jsme malovali, jste si nejvíc užila?

Tak asi pastelky. Protože to bylo jako jarní obrázek, já jsem tam chtěla dělat tečky a mně se to rozpilo a já jsem říkala, tak nikdo nic nepozná. Takže ty vodovky byly takový. A když máte třeba nějaký moderní malování, třeba vodovkama, a ono se vám to rozpije, tak potom nenaděláte nic. To už se nedá opravit.

Říká vám něco pojem arteterapie a artefiletika?

To se přiznám, to vůbec nevím, co to znamená.

A je vám některý ten termín sympatičtější, vyvolává ve vás nějakou představu?

Ale to bude o malování, to bude s tím malováním. Že by to bylo něco jako s barvami?

Mluvily jsme o hodně věcech, ale napadá vás ještě něco, o čem jsme nemluvily, a bylo to důležitý, zajímavý?

Přemýšlím, co bych se vás mohla zeptat. Kdyby byl nějaký kroužek, jestli je lepší to dostat do té ruky tužkou nebo těma pastelkama?

No, a já nevím, jak se na to vy díváte, ale já si myslím, že se může o tom debatovat a vykládat si, a že to je poučný, že to člověku něco dá.

Paní Z.

Dg.: Bipolární afektivní porucha, poruchy příjmu potravy

Věk: 24

Vzdělání: SPedŠ

Arteterapie: PL Brno- Bohunice

Ráda bych se vás chtěla doptat na pár věcí ohledně toho ateliérku.....

Vy jste se tady s arteterapií setkala poprvé?

Ne, já už to dělala hodněkrát. Já se to snažím dělat i s děckama, protože já pracuju jako poradce pro volbu školy. Já se snažím ty děcka vůbec namotivovat a navodit si otázku, proč je dobré studovat. Takže já to s nima dělám metodou asociace, že si napíšeme „škola“ na flipchart, píšou cokoliv, nebo si pak kreslíme, si děláme svůj život, jim dám kousek papíru, oni si ho různě pomuchlaj, jo anebo je to zase pomocí hudby, že oni hodně myslej přes takový to abstraktní vnímání ty romský děcka. Je to přes tu hudbu, ale i přes tu výtvarku, takže si děláme erby, jak by měl vypadat náš život a takový ty věci.

Takže vy jste i na druhé straně, že vy jste už i ten vedoucí skupiny.

Já mám skupinové poradenství, mám i individuální, a to skupinové mám pro třídy 7., 8., 9., tak se tam snažím využít různých forem, aby to bylo co nejvíc interaktivní, jo, takže zkouším, no.

Kde jste se s tím setkala poprvé, vzpomenete si?
Poprvé to bylo asi na škole, na střední, kde jsme se bavili o zážitkové pedagogice Lipnice a o různých formách nonverbálních prostředků, asi na té střední.

Takže jste si to vyzkoušela sama, zaujalo vás to.

Jo, to jsme si to zkoušeli na mně. A pak v té práci to bylo tak, že ten terapeutickéj výcvik byl aplikovanej na nás, takže tam byl strom života, byla tam různá poznávání barev, takže tam se to aplikovalo na nás, ale asi nejlepší školení do praxe, to bylo z Prahy, a to je sdružení psychologů, pedagogů, dramatických pracovníků, OSV, osobnostně, zážitková pedagogika ne, to je ta Lipnice, ale to OSV? Nemůžu si vzpomenout na to, co znamená ta zkratka. A to vlastně bylo tak, že nás po dobu půl roku měli na starosti pedagogové, psychologové a dramatictí pracovníci, a my jsme byli v roli těch dětí, takže oni na nás zkoušeli různé formy, jak děti zaujmout.

Takže jste si vyzkoušela obě ty roviny, jak na sobě, tak na těch druhých a vypadá to, že vás to baví.

Jo, strašně. Mně strašně pomohlo školení motivační rozhovory, kde jsem mohla nahlédnout na tu metodologii, jak vést rozhovor, vlastně to dávat tomu člověku prostor, být empatická, zrcadlit pocity, dávat prostor, tak tohle mi pomohlo. A vlastně jsem zjistila, že ty tři hodiny, kdy já mám tu lekci, tak to není honění si vlastního ega nebo samolibě se poslouchat, ale dát největší prostor těm děckám. Takže to mě strašně nadchlo. Aplikovala jsem to i doma ve výchově svého syna a i manžela, takže dobré.

A tady v tom ateliérku jste byla kolikrát?
Poprvé.

A měla jste od toho nějaký očekávání, když jste tam šla?

Jo, čekala jsem, že to bude něco takového. Jakože to bude třeba na hudbu, muzikoterapie nebo jako víc kreslení s výtvarkou. A jako vlastně to my děláme taky často v práci ty obrázky s děckama. Jo, že když třeba potřebuju začít tu hodinu, tak si prvně vytvořím papíry, mě zajímá, jak je ta skupina naladěná, tak třeba použiju tu formu těch obrázků, abych věděla, jakou mají náladu nebo co řeší. To se mi líbilo.

Takže jste šla do známého, že si na sebe budete moct sáhnout, podívat se na to, jak jste na tom teďka. Vy jste tam byla vyslaná nebo jste si to sama vybrala?

Já jsem vůbec nevěděla, že to tady vůbec je, protože mně fakt připadalo, že tady nic pro ty pacienty není. Já jsem z toho byla zhrožená, mně připadalo, že to snad není možný. A pak na té ranní komunitě mě tam sestřička připsala a oznámila mně, že tam půjdu. Takže jsem, ale já jak jsem to tady vnímala, tak jsem nečekala, že to bude tak dobrý, jako já jsem k tomu přistupovala skepticky, jsem čekala, že se budeme bavit o etiketě nebo takový věci.

Měla jste zkušenost z oddělení..

Jo, já jsem prostě absolutně nechápala, jestli je to výsměch pacientům, nebo co to má znamenat. Dost mě to zarazilo.

Ted' mluvíte o té přednášce, kdo první podává ruku.

To je prostě skupinová terapie tady, to je etiketa, jmenuje se to „Uvolněte se, prosím“, a vykládáme si tam takový různé věci, a není to vůbec o těch pacientech. Je to prostě něco asi, že paní psycholožka to má naučený a dvacet let dělá to stejný.

Takže to nevnímáte jako moc přínosné.

Ne. Já jsem to vnímala přínosné v tom učit se být asertivní, a nějakým způsobem to nekomentovat a pokusit se to vydržet. Takže v tom to mělo smysl, že jsem se snažila ovládat.

Takže se učíte trpělivosti aniž by vám to něco dalo. Takže z toho úhlu pohledu byl ten ateliér takové oživení.

Jo, to bylo strašně fajn. Tam bych byla schopná chodit i každý den, to bylo strašně fajn.

Vy jste tam zažila kolik témat?

Dvě, tu hudbu a ty papírky.

Zaujaly vás ty témata? Zнала jste to už?

Jo, znala jsem to, ale moc se mi líbila ta vaše hodina, moc se mi líbil ten výběr písniček, a líbilo se mi i to, že nekreslíme během toho, co tu hudbu posloucháme. Že mi to přišlo, že to má větší smysl. Že v tom člověk najde víc informací, když se ta hudba stopne. Že tam je dozvuk prožívání. Když to poslouchám, tu hudbu, během

kreslení, tak jsou to spíš asociace, ale pokud se ta hudba vypne, tak to má hlubší význam.

Že máte větší prostor to nějak uchopit.

Jo, přesně tak. Takže to mě překvapilo, tak jsem si říkala, že to budu taky s děckama dělat. Dobrý bylo, že se vás nikdo neptal přímo, co vám je, co vás trápí, ale že to šlo skrze ty barvičky a tu hudbu, tak to bylo pro mě příjemný. Bylo mi to nejbližší.

Takže to, co jste si z toho ateliérku odnesla, byl tento pocit nebo jste si odnesla třeba i nějaký téma nebo jste si něco uvědomila?
Jo, já jsem si uvědomila jednu podstatnou věc, že se mi líbilo, že jste dala prostor i těm spolukreslitelům, když to tak nazvu, že se taky mohli vyjádřit k tomu mému obrázku. Mně tam hrozně moc pomohlo, že se jedna pacientka pokusila zanalyzovat můj obrázek, a že se hodně trefila. To jsem hodně koukala.

To je takový, že trošku vás zná, dokázala to v tom obrázku najít.

No, a taky jsem si říkala, že vždycky, když jsem to s těma děckama dělala, tak jsem se to snažila jim dát, ať oni sami, a nějak já jsem do toho nezasahovala, jenom občas jsem něco řekla. Ale že vlastně je dobrý dát prostor i těm ostatním.

Že by se vám líbilo hodně, kdyby na sebe i jednotliví členové reagovali.

Jo, že se třeba znají devět let nebo chodí spolu do třídy.

A tady v tom ateliérku vám to vyhovovalo nebo byste si to dokázala představit víc?

To mně stačilo. Zase tady jsou docela zásadní věci nebo ti lidé jsou tady s dost velkýma problémama, a tak si myslím, že by to nemuseli ustát, kdyby více lidí reagovalo. Ale pak třeba se skupinou, se kterou pracuji dva roky nebo tak, bych se toho nebála. Ale tak napoprvé, bych jako, to stačilo.

To vám přišlo akorát.

Tam to bylo dobrý, že se neřeklo, že se dává prostor, ale prostě někdo, kdo to v tu chvíli vycítil, tak o to slovo poprosil a dostal ho. Takže takto to pro mě bylo dobrý.

Takže takový spontánní, to se vám líbilo.

Jo.

Takže podle vás ta skupina fungovala dobře, všichni se podíleli, dostali ten prostor?

Akorát mně bylo ne líto jako Marušky, ale pochopila jsem, že vlastně v tu dobu, kdy na ni měla dojít řada po mně, tak že pro Marušku to bylo hodně těžký. Že ty stavy nevolnosti podle mě vyvolaly nějaký vzpomínky nebo se tam zrcadlil nějaký pocit, kterej momentálně není pozitivní, že vlastně ty obrázky byly všechny tři dost podobný. Tak to jsem zažila poprvé, že by takto někdo zareagoval.

Že by to bylo tak silný...

Že by to byla takto silná fyzická reakce.

A jak vám u toho bylo, když se to dělo v té skupině, když ta Maruška tam tak skoro omdlívala, bylo jí zle.

No, tak chtěla jsem, aby odtamtud co nejdřív odešla nějakým způsobem. Jakože jsem věděla, že je problém v tom obrázku, že se máme najednou otevřít. A věděla jsem i z pokoje, že je to pro ni těžký. Že se snaží dívat dopředu a ne dozadu, ale že je to zároveň i důležitý, že se to stalo, že ji to tak postupně může připravovat, nebo kdyby měla potom nějakou individuální terapii, že bude třeba sama vědět.

Že tady s tím už měla nějakou zkušenost.

Takže to bylo na jednu stranu dobře, že se toto stalo.

Ještě, když se vrátím k té skupině, přišel vám někdo aktivnější nebo někdo míň?

Mně přišlo, že to byla taková docela sourodá skupina. Akorát mně tam přišlo, že ta paní, ta blond'atá, že si moc nevěděla rady s tím, co nakreslit, že to hodně kopírovala od Marušky. Ale ona tam zase řekla něco jinýho, že jí to třeba připadalo jako cirkus, to, co Marušce přišlo jako černoušek. Ale připadlo mi, že pro ni ta technika byla hodně nová, a že prostě tak nějak nevěděla, že se tomu nedokázala poddat.

Že pro ni bylo těžký se v tom nějak pohybovat.

Ale jinak si myslím, že to bylo dobré. Nebo mě třeba překvapilo, když jsme si měli vybrat ty tři obrázky a měli jsme nakreslit něco nebo obkreslit ten obrázek, tak mě překvapilo, že všichni ten obrázek opravdu obkreslili, že ve mně vždycky ten obrázek, vždycky je pro mě za tím nějaký téma. Není to, že bych jako konkrétně obkreslila holčičku nebo dítě.

Že vás překvapilo, že zůstali na povrchu, že nešli tam, kam jste vy už zvyklá se pohybovat?

Ale je pravda, že když jste dala prostor, abysme se rozpovídali, tak stejně potom vykládali to pozadí, ale obkreslili to. Ale možná je to i díky tomu, že já jsem nikdy ve výtvarce nebyla dobrá a vždycky jsem kreslila čáranice a olejovkama a takový jako, že vždycky jsem se chopila toho abstraktního, protože jsem to neuměla vytvořit.

Že v tom abstraktním se umíte pohybovat líp.

A ty barvy.

A přišlo vám třeba i vyrovnaný ty zásahy ze strany vedoucích, bylo to vyrovnaný nebo vám přišel někdo aktivnější?

Mně připadlo, že to jakoby plynulo, že to bylo vyrovnaný, ale v jednu chvíli mě překvapilo, že paní Vláčilová, že se víc chopila toho vašeho projektu, že vám do toho začala, no jako trošku mně to vadilo, že jsem měla pocit, že vám to trošku bere, že měla tendence vám do toho zasahovat. Že tam byly takový nějaký i hodně sugestivní otázky, nebo jakoby občas mi to tak připadlo.

Sugestivní, tím myslíte, že ona měla nějakou představu, kterou tam vnášela víc, než byste vy potřebovala?

Jo, ale zase věřím, že třeba zase té blond'até paní, to jo, že u mě to asi bylo tím, že jsem se s tím už setkala, že mi to tak mohlo přijít.

Že vy si už v tom umíte najít to svoje a už tu pomoc až tak nepotřebujete.

Jo, jako že já se snažím být tím prostředníkem těm děckám, co tam zadá nějaké to téma a moc do toho nevstupuje.

Že spíš to tam chcete vložit a potom se dívat, jak se to rodí a už to moc netvarovat?

Jo, úplně takhle.

Že vám přišlo, že paní magistra to ještě někam šoupe.

Jo, ale ona to třeba šoupala i kvůli té Marušce, což se mi líbilo, že se jí tam snažila navodit, že ted' má dobrý pocit, když si vzpomněla na to Řecko, že ona se jí snažila pomoci. Že to bylo takový zrcadlení pocitů, který Maruška neuměla sama říct a možná že ani sama nemyslela, že to je tak pozitivní, ale ono to bylo pozitivní, co nakonec vytvořila.

Takže jste to vnímala spíš jako nějakou podporu nebo pomocnou ruku té Marušce nebo Jiřince, že když jim to třeba nešlo, tak že do toho víc zasahovala. A to se vám zdálo dobrý nebo byste ještě počkala?

Dobrá. Já si myslím, že taková paní Jiřinka by asi sama možná nezkusila, nebo jo, ale chtělo by to víc času a rozhodně vícrát s tou skupinou pracovat. To bylo podruhé, a to je málo. Ti lidi se ani vlastně neznaj a moc se neot'ukaj. Tam bylo třeba dobrý, že ona začala tím svým výkresem a začala vykládat, že jste byli ve stejné roli jako my, ale stejně si myslím, že pokud má skupina touto formou pracovat, tak že to chce větší dobu poznání.

Že jsme byli taková mladá skupinka, že pro tuto fázi jo, dál byste se zkusila pouštět do toho víc dávat prostor?

Jo.

Ještě jsem se chtěla zeptat, ty reakce skupiny pro vás byly přínosný?

Byly. Jo, protože třeba jak ta Dáša, jak vedle mě sledovala tu tvorbu toho mého prvního obrazu, tak to bylo pro mě hodně přínosný, ten postup, jak se to dělo.

A kdybyste měla říct, co bylo pro vás nejdůležitější? To byla tahle od Dáši?

Jo.

A celkově vám přišlo, že pro vás byly cennější intervence od vedoucího nebo pacientek?

Od pacientek. Měly víc z čeho vycházet.

Máte k někomu z pacientek speciální vztah, třeba skrze ten ateliérek třeba, nebo i mimo něj?

Tak je to k té Dáši a vlastně i k Marušce. My jsme spolu i na pokoji, a tak odkrýváme si navzájem ty svoje karty.

Takže je tam takovej vztah důvěry.

Jo.

A jaký to pro vás bylo, když vám někdo nabízel nějakou reakci na vaše obrázky, nabízel něco, co vám ten obrázek říká, bylo to příjemný, nepříjemný?

No, tak já jsem taková povaha, že když mi někdo něco vytkne, tak to bylo vždycky, ne vždycky, ale zrovna ta reakce Dášina, mě to tak zaskočilo, ale pak jsem si hodně rychle uvědomila, že to je pravda. A není mně to vždycky příjemný. Nejsem moc zvyklá na kritiku, že to trochu souvisí, i z dětství nemám ráda, když někdo kritizuje. Ale vlastně když mi dá někdo prostor, abych to vysvětlila, tak to mi nevadí. Ne, abych ho přesvědčila, ale abych to třeba mohla dovysvětlit. A to k tomu ten prostor byl, a ani nemusel být, protože to prostě byla pravda.

Že vlastně vás to nejdřív třeba zaskočí, ale když máte čas se s tím poprat, tak je to potom pro vás přínosný.

Jo.

Takže rozhodně jste pro to, aby ty reakce byly, i když nejsou vždycky příjemný?

Jo.

Vzpomenete si třeba na nějaký rituály, zvyklosti, který třeba jinde nebyly a vás zaujaly?

Tak bylo příjemný třeba to vaření toho čaje, že to bylo takový společný stolování, kde ti lidi se uvolněj. A i ta vaše bonboniéra, že to bylo takový domácí prostředí. Že my jsme přišli na návštěvu, a vy se o nás budete starat a hýčkat nás.

Že jste se tam cítila v pohodě.

Hlavně, že jsem se necítila jako debil. Že to prostě nebylo jenom tak, že jsem nemocnej člověk, že ten pohled na nás byl jako na lidi.

Že tam přišli rovnocenní partneři a budeme teď spolu něco tvořit.

Takže nad těmi hotovými díly se o něčem mluvilo, dokázala byste vypíchnout, o čem se nad _____ nimi _____ mluvilo?

Já vlastně od doby, co jsem tady, tak rekapituluju svůj život, proč se ty věci děly, proč byly, ale to byl právě problém v mých posledních pěti letech, že já jsem se zabývala jenom tím, co bylo a proč to nebylo jinak, ale tahle terapie mi ukázala, že teď je prostě důležité se dívat před sebe, protože jenom tak můžu bojovat s tou nemocí a jediná tak může můj život začít být krásnej, i když on už pěkně je, ale já nebyla schopná to vidět. Takže tahle terapie mi dala návod, jak fungovat dál.

Takže jste si uvědomila, že už se nechcete vracet, ale chcete jít dál.

Já jsem si to uvědomila na těch třech obrázcích, který jsme si měli vybrat, který nám byly nejbližší. Já jsem si vybrala dítě, pak ty dvě postavy, který měly za sebou kříž a potom babičku. Já jsem uvažovala na začátku, jestli mám dát první babičku, pak ty dvě postavy a to dítě. Protože babička představovala moje dětství, jakýsi zázemí, ty postavy prostě nějaký manželství nebo partnerství v pozadí s tou vírou, která je pro mě

důležitá, a pak to dítě, což je to mateřství, a to jsem si teď uvědomila, co je pro mě nejsilnější pocit. A kdybych to tak dala, tak by to bylo dost špatně. Já už se nemůžu schovávat u babičky na Vysočině v chaloupce, že prostě to ne, já už to chci vzít z jiné strany.

Už jste ta dospělá ženská, maminka, manželka. Sice můžete být občas to dítě, ale už jste dospělá.

Jo.

Co se vám na těch setkáních líbilo, co bylo nejpřínosnější, nejvíc byste to ocenila? *Ten čas byl pro mě strašně krátký, kdyby to trvalo třeba celý dopoledne, a kdyby se ty reakce daly víc rozpracovat.*

Ted' to bylo takový uhoněný.

Kdyby se to víc rozpracovalo, tak by se mohly objevit ještě nějaký myšlenky, ještě by se s tím materiálem dalo pracovat.

Ještě něco byste změnila, aby to bylo ještě líp, jinak?

To už je asi dispozice té místnosti, ale asi bych uspořádala jinak ty stolky. Jo, taky ale to je všechno o tom zázemí, více světla, toto působilo přesně jak ve škole, a ten kroužek byl takovej jakoby v ne moc příjemném prostředí, taky bych asi dala na výběr, jestli si sednout na zem nebo na židli, ale to jsou všechno technický věci. Ale jinak mi to takhle sedělo.

Jinak vám to sedělo.

A možná ještě větší představení těch lidí, těch lektorů.

Seznámení. Nejenom těch lidí,...

Ne, nás ne, ale aby vy jste se představili více. Ale to tam asi bylo, já si nemůžu vzpomenout.

Já nevím, jak paní magistra, protože ona vás přiváděla z toho oddělení, já jsem se..

Vy jste se představila.

Řekla jsem o sobě pár vět, mohla jsem říct víc, to byste brala, dozvědět se víc?

No, to asi spíš, kdybysme se viděli pětkrát, ale zase takto na začátek to na sebe vybalit. To asi ne.

Jo, ale abyste měla pocit že víte s kým máte tu čest.

Jo, přesně tak. Že je pro mě těžký otvírat se před lidma, který neznám. Ale ono to má zase někdy svoje výhody.

Jako výhodu v té částečné anonymitě?

Jo, že ten člověk mě nebude soudit z toho a toho hlediska, nebo to nějak hodnotit. Ale bude nestranně. A to je důležitý, aby tam byla ta nestrannost.

Že začínáte vlastně s čistým papírem od začátku.

Co pro vás znamenají výtvarný díla, chodíte na výstavy?

Jo, chodím. Působí to na mě, každý obraz má pro mě svůj příběh, strašně dlouho se na něj můžu dívat, mám ráda barvy, mám ráda situace, kterou ten štětec zachycuje, vidím v tom různé příběhy, rozvíjí se mi fantazie, můžu si o tom myslet naprosto, co chci já. Jo, velké význam pro mě mají obrazy.

Takže pro vás není důležité až tak, jak je to technicky zvládnuté...

Ne, to ne, to co vidím za tím. To je mi jedno technicky.

Musí to mít něco, čím vás to osloví...

Jo, ty barvy. Pro mě jsou strašně důležitý barvy.

Potom se tam odvíjí nějaký příběh, a třeba si to srovnáváte se sebou nebo si s tím hrajete?

Jo, často v tom právě vidím zrcadlení nějakých svých pocitů.

Takže vás vlastně osloví obraz, který je vám něčím podobnej.

Jo, přesně tak. Tak já jsem měla vždycky ráda van Gogha, a vlastně tyhleto impresionisty, vlastně všechny autory, kteří používali různou škálu barev. Ale mám třeba ráda i černobílé fotografie, protože ty pro mě mají taky svůj příběh, i když tam se o ty barvy nejedná.

Takže to na sebe necháváte působit. A vaše výtvarná dílka, na ty nahlížíte jak?
Tak to mě to uklidní a pomůže mi to zrcadlit moje pocity. Já se z toho tím dostanu, že si někde tři hodiny kreslím, tak pro mě je to strašně důležitý, že ze sebe dostanu momentální stres nebo úzkost.

Že vlastně se s tím vypořádáte na tom papíře, že to můžete odložit anebo se v tom zorientovat?

Oboje. K tomu já třeba používám koláže, dělám ráda koláže. To mě baví. Se uklidňuju tím, jak si to vytrhávám, pak jak si to nalepuju, no mě právě překvapilo, že jsem si tady udělala koláž asi po třech týdnech a měla jsem ji hodně velkou a pak přišla ta paní a to zhodnotila, že asi nejsem úplně zdravá. Tak to mně jako přišel jako takovej paradox, protože už ve škole, nebo na základce, jsme považovali koláže jako zdroj informací o nás. Takže jsem si udělala dvě a strašně mi to pomohlo, protože jsem to pak viděla na tom papíře. A podařilo se mi to uspořádat si to, tak jsem si to hned nechala odvézt od manžela domů a zbytečně tady neprovokovat.

Že jste to na té koláži viděla s nadhledem.

Jo, já jsem si pak i odstoupila, já jsem nad tím ani nějak neuvažovala, něco jsem si tam lepila a pak mi to dalo ten obraz. Já jsem si třeba dělala koláže i doma z fotografií, nebo mám třeba i různé textilní, mně ta koláž vždycky pomohla, nebo barevná koláž.

Mně to přijde jako dobrý způsob.

Jo, jsem u toho ticho.

Je to čas pro vás, kterej si uděláte.

A pak vidíte hlavně ten výsledek a ten je dobrej.

A říkám si, že když vám to pomáhá se v tom nějak zorientovat nebo si to osahat, tak proč ne?

Změnilo se třeba něco ve vašem životě, dalo vám to něco do života to malování?

No, tak uvědomila jsem si, že lidi vyjadřují svoje pocity nejen verbální stránkou, ale i neverbální. Takže můžu mít k někomu daleko jakoby a nemusím o něm nic vědět, ale pokud mu nabídnu jinej způsob vyjadřování, tak mám ke každému blízko. Tak to je asi to nejpodstatnější, co mi ty terapie daly.

Možná to vnímám i tak, že když sežije jedna možnost, můžu to zkusit jinak, jak se k těm druhým dostat.

Jo, zkusíme to rozhovorem, nepůjde rozhovor, zkusíme to muzikoterapií, nepůjde to, zkusíme to hippoterapií, nepůjde to, zkusíme barvy a vždycky nějaký ten jeden způsob vyjde.

To dává naději.

Jo.

Zaujala vás nějaká témata, která se objevovala v pracích kolegů? Nejenom v těch vašich, o tom jsme už mluvili.

Mě oslovilo třeba to pojetí, že každý to pojímá jinak. Že třeba to nevzali abstraktně, že přímo obkreslili obrázek.

Že to má každý jinak.

Jo, že to má každý jinak, to myšlení. Já třeba kdybych se dívala na to dítě, tak bych těžko dokázala zformulovat myšlenky mateřství, ale tím, že jsem to měla vyjádřeno těma barvama a spirálama a trychtýřem, tak to pro mě, že potřebuju ty symboly, potřebuju je, abych se skrze ně dostala hlouběji.

Že vy potřebujete k tomu symbol, ostatní to můžou mít jinak.

To ale neznamená, že to je líp nebo hůř, míň nebo víc.

Že je spousta různých cest, jak se k tomu dostat.

A je nějaká technika, poprvé jste tady malovala pastelkama, podruhé vodovkami, se kterou se cítíte líp?

Já mám ráda malovat rukama, mám ráda pastely a rozmazávání pastelů, a pak mám ráda, když do toho můžu zapojit ruce, abych to cítila. No, já to potřebuju cítit na konečkách prstů, mě to uklidňuje. Proto i ráda dělám ty koláže, že jsou tam ty nervová zakončení a mě to uklidní.

Jste tak víc v kontaktu s tím obrázkem.

Jo.

A šla jste do toho ateliéru s nějakým očekáváním, že si z toho něco odnesete?
Ne, jenom negativním. Já jsem si myslela, že to bude nějaká etiketa.

A říká vám něco pojem arteterapie nebo artefiletika?
Ne.

A je vám některý z těch pojmů sympatičtější, když to tak slyšíte?
No, asi ta arteterapie. No, artefiletika mně asociuje nějaký známky nebo filatelistu.

+ moje vysvětlení obou pojmů

Napadá vás ještě něco, co jsme nezmínili a přijde vám to důležitý, co s tím výtvarnem máte spojený?
Mně přijde hodně dobrý spojit hudbu a kreslení.

To vás zaujalo.
No, já mám ráda, já se hodně odreagovávám hudbou a tancem. Ten tanec, to je právě, ten tanec je to, co momentálně cítím, ta hudba umožňuje ten prožitek teď, co je teď hned, tím pádem to rychle ze sebe vyventiluju, ale část těch pocitů si nepamatuju, protože je to spojený s tím tónem, ale u té arteterapie, když se to spojí s tou hudbou, tak je tam dobrý, že jde člověk hlouběji. Že to není ten momentální prožitek a projev, ale že jde víc do hloubky. Někdy je člověk natolik v prčících, že to ze sebe potřebuje dostat hned, tak si nepůjde kreslit, ale někdy kdy má čas a cítí se na to, tak ta arteterapie může odpovědět na víc otázek.

Takže někdy, když máte nějaký pocit, tak ho sebe můžete dostat tím tancem, ale když se na to chcete podívat dál, tak vám to umožní chytout ta arteterapie.

Pan O.

Dg.: Bez diagnózy

Věk 29

Vzdělání: VŠ

Artefiletika: PhDr. Bažantová Mariana- Hradec Králové

Tak jsme skončili u toho, že poprvé jsi viděl článek o arteterapii v roce 1996.

Ano, moje první setkání s arteterapií, kterou dělali v Bosně s dětma, ten článek napsal Marek Preiss. Druhé setkání bylo taky nějak tak, ještě možná kousek předtím v Havlíčkově Brodě na dětském stacionáři.

A to bylo už jako aktivní?

To bylo malililinko aktivní, kdy při nějakých skupinách tam Jirka Libra používal nějaký arteterapeutický techniky a já jsem tam byl na stáži a tak. No, a to byly jenom takový krátký setkání a potom s doktorkou Junovou v Praze a pak dlouho dlouho nic, pak letmo s Beate Albrich a teďka s Marijánkou.

Tvoje historie je fakt dlouhá, kdy jsi se setkal s arteterapií poprvé. Co tě vedlo k tomu, že jsi pokračoval v těch dalších setkáních?

Protože jsem nepokračoval moc. Od prvního setkání vedla asi desetiletá cesta k nějakému hlubšímu zájmu. Takže to bylo období takový latence, kdy mě nic nevedlo k nějakému hlubšímu setkávání s arteterapií, artefiletikou, protože jsem v sobě nějak, no, měl ostych k nějakému výtvarnému projevu. V podstatě nějaký hlubší zájem byl Od té doby, co Markéta začala jezdit na ten výcvik, na ty kurzy, a zjistil jsem, že arteterapii nemusí dělat jenom lidi, který umí malovat.

Jo, takže vlastně přes manželku ses k tomu znovu vrátil.

Ano. Přes její rozzářené oči.

A co tě na tom tak zaujalo, na těch jejích rozzářených očích a na tom jejím vyprávění?

Nadšením, se kterým o tom vyprávěla, ten pocit, že je to dobrý.

Takže ona ti o tom vyprávěla, ty sis udělal představu, že to nebude špatný.

Tak. No, tak jako velmi obecnou představu.

Když jsi se do toho znovu pustil po těch deseti letech, tak ta tvoje obecná představa vypadala jak, jak sis představoval to, do čeho jdeš?

Jako, že jdu do neznámých vod, protože výtvarný projev mi byl naprosto cizí. A takže ten můj pocit byl takovej, že jdu do něčeho neznámého, nového, proč bych to, jako ne ze srandy, ale nějak improvizovaně a otevřeně nemohl vyzkoušet?

Takže tak lehce dobrodružný to bylo.

Tak jako vyzkoušet svoje hranice nebo něco takového?

To ani ne, to jsem věděl, že to je za hranicí už tohle. Takže jako vyzkoušet, jaký to je ty hranice překonávat.

A neočekával jsi od toho nic, jako například jdu tam, abych se líp poznal, nebo jdu tam, abych zapracoval na nějakým problému nebo jdu tam, abych poznal nové lidi. Pročs tam šel?

No, ani jedno z toho ne. Jako jestli někoho novýho poznat, tak to Marijánku, protože tou Markéta taky byla nadšená, a tak jako asi jsem tam nešel, abych nějak líp poznal sám sebe, spíš jako když jsem mluvil o nějakých těch hranicích, že je to za nějakou mojí hranicí, jako ne že bych potřeboval poznat, co je za tou hranicí, to já беру jako, že vím, že budu dělat něco, co normálně nedělám, tak to samo o sobě je zajímavý. No, a mám tu zkušenost s tím, že prostě jako je fajn občas dělat potrhlý věci, který normálně nedělám. Takže to bylo jako ani ne objevování jako spíš hledání a očekávání příjemnejch zážitků z toho, že člověk překonává sám sebe. To je jako, když lezeš na vysoký strom, tak taky to člověk nedělá normálně, ...

Je to o tom, že když tam člověk vyleze, že vidí dál?

Jo, v podstatě je to takovej zajímavěj proces.

A splnilo se to očekávání, se kterým jsi do toho šel?

Jo.

Počítáš s tím, že budeš ještě někdy pokračovat v tom dletem?

Jo, počítám s tím.

Minimálně za tři týdny....

Co jsi udělal ty aktivně pro to, když jsi vstupoval s tímto očekáváním do toho malování, že budeš překonávat svoje hranice, lézt na ty vysoký stromy, cos udělal ty sám pro to, abys je překonal? Chtělo to udělat něco pro to?

No, rozhodně, chtělo to vzít nějaký pastelky a začít malovat. Což jsem prostě tohle nedělal.

Takže tam byl takový ostych a chtělo to odvahu?

No, odvahu, nějaký překonání nějakýho sebepodceňování, nějaký vystoupení z rigidity, nebo nějaký vyzkoušení si vlastně nové techniky, protože něco novýho, protože jako když jsem naposledy maloval jako puberták, tak to byly takový figurky stylizovaný, tak to chtělo vykašlat se na nějaký stylizovaný věci a ...

Takže jsi vlastně opouštěl nějaký svůj bezpečnej prostor, kde ses uměl pohybovat a pouštěl ses na tenkej led něčeho novýho?

Asi jo, trošku.

A když teď maluješ aktivně v těch nějakých skupinkách, tak všiml sis toho, že by se třeba opakovaly nějaký témata, nějaký typy věcí, co se tam znovu a znovu nějak vyskytují?

Jako u mě?

No, buď u tebe nebo vůbec všeobecně.

Jako že bych podezíral vedoucí toho výcviku jako, že tam opakuje nějaký věci?

Ne, to ne. Ale spíš jestli sis všiml, že se tam třeba v diskusi nad obrázky řeší víc třeba vztahový problémy, nebo že se tam víc řeší pracovní sféra nebo se tam řeší něco úplně jinýho... Co se potom s téma dílama dělá potom?

Takhle jsem se nad tím nezamýšlel. Možná ty vztahový věci se opakují. Nebo nějaký téma těch lidí, hodně se tam možná opakuje téma mého místa ve světě. Já a ti lidi kolem mě, já a co já vlastně tady...co jsem zač, jaká je moje role...je to takový jako strašně obecný jako, ale já nevím, jak na to jinak odpovědět.

Jasně. Takže to zahrnuje ta tvoje odpověď takový sebezkoumání, jak já se vztahuju k lidem kolem, jak oni se vztahují ke mně. Tak nějak?

Jakože to odpovídá tomu, s čím tam ti lidi přicházejí. Hodně lidí to bere prostě jako, že teď jsem byl třeba ve skupině studentů, nebo kde bylo hodně studentů nebo lidí po škole, že tohleto měli jako nějaký výcvik techniky, nějaký sebezkušenosti možná, hledání a sbírání nových zkušeností, objevování, kdyby to bylo v jiné skupině, tak by ty témata možná byly jiné.

Jestli tomu správně rozumím, tak ty témata se rodí z potřeby té skupiny, že to není úplně striktně daný, že dneska budeme dělat přesně tohle téma, ale že každý na ten nabídnutej materiál si může přinést svoje téma, který je pro něj teď aktuální?

Jako určitým způsobem jo. Já teď vzpomínám na to, co jsme dělali s tou Marijánkou, takže si myslím, že tam nějaký témata jsou nabídnutý, ale vždycky skrz to prosvitá něco osobitýho těch lidí. Že to není o tom, že by to bylo direktivní nebo že by to bylo úplně volný, ale tak jako to tam nějak je, záleží na individualitě, některý lidi se vůbec nenechají spoutat do nějakýho schématu nebo tématu, který je jim nabídnutý a to si myslím, že je fajn u té artefaktiky, že dává možnost ukazovat tak, jak člověk pracuje, tak uchopuje svět, jak ho vlastně zpracovává.

Takže v tom procesu tvorby, ať už je to artefakt výtvarný nebo etuda, se projeví, jak se ten člověk vztahuje jinde, ve svém osobním životě, tak to je to, o čem jsi teď mluvil?

Ano.

Jak se ti zdá, že funguje skupina, když se pracuje? Zdá se ti třeba kooperativní, je tam někdo dominantnější, někdo míň?

Na to nevím, jak bych odpověděl, protože si myslím, že to je tak obecná otázka. No, tak jak pracuje skupina.

A třeba v té poslední skupině s Marijánkou? *Myslím, že budu říkat obecnosti, jako že někdo byl kooperativní, někdo dominantní. Jako nemám pocit, že by skupina artefaktická pracovala jinak než skupina třeba psychodynamická, terapeutická nebo skupina výcviková. Mám pocit, že funguje podobně.*

Jo, že záleží na jednotlivých členech, na jejich osobnostních dispozicích k tomu, jak se potom nakonec skupina vyvine. A vnímáš tam třeba jaký podíl Marijánky,

když vezmeme tu poslední zkušenost , a těch ostatních účastníků? Tak se ti zdá, že třeba Marijánka to víc řídí, míň řídí, nebo že všichni jsou třeba zhruba stejně aktivní v tom procesu? Vnímáš to tak, že to plynule proudilo nebo to byl víc usměrněný tok?

Já si myslím, že Marijánka to v podstatě docela dost řídila, i když si toho nikdo moc nevšimnul. Já ji tam hodně vnímám jako facilitátora a zároveň jako hodně významného obrušovače hran. A ošetřovatele případných traumat. A zároveň jako někoho, kdo nabízí, a přesto je poměrně dost jasný, za čím si stojí. Z těch výkladů nebo z nějakých těch interpretací.

To znamená, že ona na jednu stranu do toho jde opatrně, ale na druhou stranu jasně ukáže tu nabídku a ty si můžeš buďto vzít anebo nechat být.

No, je to jasně ohraničený, takový jako poměrně čitelný a nenásilný.

Pamatuješ si třeba na nějaký pocit nebo na něco, co ti dávají reakce ostatních členů skupiny?

Co sis třeba odnesl z toho kolegia, třeba z té poslední skupiny, když se jí přidržíme?

Bylo by asi víc věcí, ale co mě první napadlo je překonání toho mého výtvarného komplexu, že to byla jedna z těch mých prvních zkušeností, že mně rozuměj v tom výtvarném projevu. Že když nakreslím člověka, že ostatní lidi poznají, že to je člověk. Když nakreslím strom, že poznají, že to je strom. To pro mě bylo celkem silný a důležitý. Že to tak jako jde.

Že máte třeba další společnej komunikační kanál, že jsi srozumitelnej, že to umíš?

Jo.

A od Marijánky nějakou větičku, nějaký poznatek, nějaký pocit, co ti předala a zaujal tě?

Já to mám takový, nedokážu to dát úplně do nějaký jasný myšlenky. Co si odnáším veselého je to, že ta artefietika byla něco, kam jsem si šel víceméně hrát nebo jako přejít tu hranici. Víím, že když jsme se jednou bavili o něčem, že mi předala takovou jako zpětnou vazbu o tom, jak si tam hraju jako malé děčko. Což pro mě bylo i příjemné, protože jsem vystoupil z té rigidity, a co mi dala je, že při nějaký kresbě s tím rytířem, jak jde na draka, tak že mi dala ujištění, že můžu mít pohled, jaký mám. Že můžou být i v terapii i v tomhle postmoderním světě, že můžou být věci, který můžou být jasný. Ted' nevím, nakolik je to srozumitelný.

Je to o tom, žeš měl nějaký pocit, o kterýmś pochyboval, a Marijánka ti dala ujištění, že to takhle můžeš cítit?

Já ti nevím, jestli to, cos řekla ted', je tak moc velký. Když to dám na tu konkrétní scénku, aby to bylo srozumitelnější, tak kolegyně většinou, já jsem tam byl jediný muž, tak celý tento příběh o tom boji toho draka s tím rytířem, tak na můj vkus ho pojaly velmi rozmnoženě. Jako chápatelně, terapeuticky, což mi úplně nesedlo a ten můj pohled byl takovej radikálnější. Takovej jako víc ohraničenej, že když tam je ten zlej drak, tak se má zabít.

Že nemusíš být vždycky chápající, i když to vnímáš, že se to většinově v této společnosti očekává?

Jo.

Jak nevšední zážitek to pro tebe je na škále od 1 do 10, přičemž 10 je nejvíc?

7.

Je to stále stejný nebo to kolísá?

Kolísá to mezi 6,5 a 7,5.(smích)

Existují nějaký styčný body mezi jednotlivými setkáními? Někaký rituály, něco, co se opakuje?

Furt je to něco nového, malování třeba.

Že tam nalézáš nové věci?

Že pořád musím překonávat sám sebe. Pokaždý jsem na začátku vytrénovanéj a pokaždý na konci je to lepší.

Že procházíš pořád tím stejným procesem?

Podobným.

Možná trochu obroušenějším? A kdybys mohl říct, co se ti na tom nejvíc líbí? Co bys na tom opravdu nechtěl měnit, co by mělo zůstat tak, jak je?

Hravost?

A něco, co by mohlo být jinak, aby ti to víc vyhovovalo?

Možná čas. Jsem zvědavěj teďka na tom vícedenním semináři.

Jako, že se na začátku rozeřeješ a nebudeš se muset každý den rozehrávat a zbytek si víc užiješ?

Jo, a vlastně to, že bude víc času na takový to, na takový ty hrátky, co by to mohlo vlastně bejt.

Jako zůstat u těch věcí dýl a ještě víc to osahat?

No, nebo možná jako u toho, přenést to do nějaký jiný skutečnosti. Přenést to ven, tu hravost a tvořivost. Ale to už asi jak se poslouchám, není účelem toho semináře. To, abych byl hravej a tvořivej, to musím přenést sám. To za mě neudělá seminář.

Jak to máš s uměleckýma dílami vůbec? S uměleckými artefakty? Chodíš na výstavy?

Líbí se mi, na výstavy nechodím, ale nejraději bych cokoli patlal.

Co tě na tom tak oslovuje?

Je to vystoupit z šedi, zaujme tě to, naplní nějakým pocitem,

Jaký typ umění to v tobě vyvolává?

Ani snad ne. Spíš jako obecný kategorie, malba víc než plastiky.

A některý malby víc nebo všechny?
Některý samozřejmě víc.

Čím to je?
Třeba Max Švabinský má určitou atmosféru, Filemóna má podobnou atmosféru...

Jakou atmosféru tam vnímáš?
Něco mezi lehkou melancholií a večerními červánky u teplého zapadajícího slunce..taková atmosféra...

Taková romanticko-melancholická
A přemýšlivá, že se tam třeba něco stane...

Plná očekávání?
Plná ne, ale očekávání jo.

Co v tobě vyvolávají tvoje díla?
Nespokojenost.....

Jakože to není dobře technicky zvládnuté?
Jakože mám ideu, co to má vyjadřovat a jaký pocity by to mělo vyvolat. Ale někdy mě taky uspokojí.

A čím to je, že někdy tě uspokojí?
Je to tím možná, že zůstanu skromnej, že nepotřebuju, aby ty díla vyjadřovaly něco navenek, ale že zůstanu u toho procesu. Že nepotřebuju, aby to někdo druhý pochopil, ale že zůstanu u toho procesu.

Jsou víc důležitý ty pocity, co si z toho odnášíš než to, jestli to každé pochopí.
A změnilo se něco ve tvém životě od té doby, co chodíš malovat?
No, vlastně už to, že jsem začal chodit malovat, je samo o sobě změna. Kdybych měl na sobě pocítit změnu, tak bych ji spíš očekával, právě v té hravosti a tvořivosti, že když se pustím do nějaký oblasti, kterou jsem se doted' nějak nezabýval, tak to možná může mít vliv na tu obecnou vlastnost, té tvořivosti. Ale že bych si toho zrovna nějak všímal...Vrchol mé kreativity bylo vůbec to, že jsem tam šel.

A je něco, co sis díky tomu třeba uvědomil?
Neuvědomuju si nic, co bych si nějak výrazně díky tomu uvědomil. Ale jestli jsem si z toho něco odnesl? Tak to už samotný ty zážitky si myslím, že jsou dost.

Byly některý témata, který Marijánka nabízela jako takový, žes je vnímal jako zajímavější nebo se ti všechny témata zdály, že tě zajímaly všechny stejně?
No, asi jsou možná témata, která mě víc zajímají. Tak témata, která by mě mohla víc zajímat, by mohla být témata vztahující se k rozvoji mého vnitřního dítěte, hledání archetypů moudrého starce, proces individuace,...

Tím myslíš témata, kterými se právě zabýváš?

Já nevím, jestli jsem tak racionální nebo co, ale já z té otázky cítím, že se ptáš, jestli mi může artefiletika něco přinést. Já se do toho ponořím, ale nemám pocit, že by mi to něco dalo (teda kromě těch zážitků). Možná když to neočekávám, tak to nemůžu dostat. Možná jako jediný je tam to vnitřní dítě, ta tvořivost, to může být téma, který je aktuální možná už 7 let.

A byly některý praktický techniky, který tě víc zaujaly než jiný?

Assemblage, nebo takový techniky dynamický, třeba když ten obrázek koluje a každý si k tomu dává vlastní výklad, každý něco přidává. To je mi sympatičtější než když si každý namaluje ten svůj obrázek a s ním zůstává.

To je takový interpersonální a akční.

Jo, to je akční.

S čím vstupuješ do toho tvůrčího procesu, aby sis z něj něco odnesl?

Dle svých možností jsem kreativní, snažil jsem se nechat na sebe ty věci působit a dělat je opravdově, bez nějaký přetvářky.

A ještě poslední otázka, říkají ti něco pojmy artefiletika a arteterapie?

Marijánka o tom stále mluví a já tomu stále nerozumím. Ale je to něco pěkného, když se řekne arteterapie a artefiletika, tak se mi objeví na tváři takový melancholicko-romantický úsměv. Je to tvořivý, že z toho něco bude, zároveň víš, že aby z toho něco bylo, tak ty musíš něco udělat. To je stejný jako u těch obrazů, ale to jsem neřekl.

No, moje první reakce byla jako pcha, nad tím mávnout rukou, je potřeba udělat pro to to, jako odhodit nějaký despekt...

Oba ty pojmy v tobě vyvolávají stejnou atmosféru, oba jsou ti stejně sympatický?

Ne, nějaký rozdíl v tom je. Artefiletika je něco, co doted' jsem vlastně to slovo neznal. Doted' jsem ho nikdy neslyšel, nebo si ho nepamatoval. A artefiletiku vnímám jako pro mě přijatelnější, hravější, jako volnější sestru. A arteterapii vnímám jako moudřejší sestru, racionální.

Pěkné přirovnání.

Paní M.

Dg.: Bez diagnózy

Věk 26

Vzdělání: VŠ

Artefiletika: PhDr. Bažantová Mariana- Hradec Králové

Já bych se tě ráda zeptala na pár věcí ohledně malování, kdys byla malovat, jaký máš s tím zkušenosti, jak je to dlouho?

Naposledy jsem byla před dvěma měsíci a poprvé před dvěma lety.

A jak ses k tomu dostala?
Přes školu jsem začala chodit na seminář Arteterapie-artefiletika, no vlastně před dvěma lety. Poprvé jsem chtěla překonat nějaký svůj odpor, nebo ne odpor, ale měla jsem z toho strach, že základky vybudovanej, že neumím malovat, takovej ostých před malováním. Chtěla jsem ho překonat a zjistit, o čem to je.

Takžes do toho vstupovala s takovou obavou, že to bude o tom, jak něco namalovat?
Ne, to jsem věděla už ze školy, že to ne. To jsem chtěla si to užít a poznat znovu ten štětec a ty pastelky a užít si to.

A splnilo se?

Jo, užila jsem si to.

Kolik jsi toho za ty dva roky absolvovala?

Nejdřív ve škole asi 3-4 setkání čtyřhodinový, a potom celý blok v Ulitě, to byly asi tři celodenní setkání a potom dvě v Hradci.

A teď ještě někam plánuješ jet?
Jo, teď asi za tři týdny na čtyři dny.

Když si vzpomeneš na to, když jsi tam vstupovala poprvé, tak to bylo takový očekávání, že zjistíš, že se dá malovat i jinak než na výkon.

Jo, že si to užiju, že poznám znovu ty techniky, a jak by se to dalo využít při práci s klienty, i co mně by to mohlo dát.

A co přesně sis z toho chtěla v rámci zkušenosti pro sebe odnést?
Odnést jsem si chtěla, a to se podařilo, abych se neostýchala před tím vzít pastelku, nebo experimentovat s barvama, to jsem dřív nedělala, kreslila jsem si ve výtvarce na základce, což mě nebavilo, takže to, aby mě to začalo i bavit, a abych to mohla využívat při své práci.

Takovej způsob sebevyjádření?

Taky.

V práci bys to ráda využila diagnosticky nebo jako můstek, jak se dostat ke klientovi blíž?

Oboje. Přes tu kresbu, protože pracuju s dětma, tak ta kresba je pro ně přirozenější, a dá se plno technik, když třeba se nechtějí bavit o nějakých problémech nebo o čemkoli, tak takovej odrazovej můstek jak s nima dál pracovat, že se můžou vyjádřit a je to pro ně přirozenější.

Jako další komunikační kanál k těm druhým?

Jo.

A sama pro sebe jsi mluvila o tom, žeš chtěla být odvážnější v tom používání barev a těch technik, a užít si to.

Jo, a ještě vlastně zjistit, o čem ta artefiletika je, že se tam dá zakomponovat práce s tělem, hudba, to mě tam hodně zaujalo. Že to není vyloženě jenom o kreslení.

Tím teď myslíš, že se dá kreslením vyjadřovat různý věci, a zároveň se dá vyjadřovat ty věci různými způsoby, pohybem,....

Oboje. Jednak, že vlastně různý věci můžeš vyjádřit tím malováním, a potom se to dá rozvíjet dál z těch kreseb, mě hrozně bavilo sochání nebo psaní příběhů, jak se na to navazuje a ta kontinuální práce.

Takže tě zaujalo, že ta artefiletika není jen o malování, ale že tam můžeš využít spoustu metod, spoustu různých příběhů. Většinou tě asi obohacují, když na ty kurzíky chodíš. Dokázala bys vypíchnout, co to je, co ti to dává? **Jednak ta osobnost Marijánky, mi hodně dává, kdo to vede ten kurz, kdyby to vedl někdo jiný, kdo by mě nezaujal, tak bych tam asi nechodila tolik. Už nemám takovou obavu se vyjádřit různými způsoby, dřív jsem měla dojem, že člověk se většinou vyjadřuje hlavně verbálně, ale tady je to hodně neverbálně, i tím malováním, různě, že člověk si může uvědomit to prožívání i jiným způsobem.**

Mluvíš taky o nějaké odvaze nebo sebevědomí v tomto směru vyjadřování, že ses v tom ujistila?

Jo, že to dokážu. On to teda každý dokáže, ale tak přece ten úspěch tam je skoro u každého.

Říkala jsi, že to, co tě tam drží, je ta osobnost Marijánky. V čem se ti tak líbí Marijánka a její přístup? V čem tě oslovuje? **Jednak její osobnostní předpoklady, mně se líbí její citlivost, jak to interpretuje, jak to podává, jaká je, jak to má teoreticky podložený, dokáže to zakomponovat nebo zakotvit do nějaký teorie, ty praktický příklady a interpretace, je to úžasný.**

Dokázala by sis vzpomenout na nějakou takovou situaci?

Naposledy třeba byla technika s imaginacemi, kdy jsme si měli představit, že vcházíme do zámku nebo hradu, jdeme po chodbě, jsou tam tři místnosti, vlevo, uprostřed, vpravo, měli jsme do nich postupně vcházet, první je o našem nevědomí a historii,

druhá o současnosti, a to v souvislosti s nějakýma psychologickýma teoriema to dokázala interpretovat,.. co to znamená, když to a to tam vidím. Tohleto mi zrovna nějak nešlo, jsem tam viděla jen barvy, dokázala z toho hodně vytáhnout.

To co z toho ta Marijánka tahá je....

Nebo i sama, že si to uvědomím, že mi pomáhá, abych si to uvědomila sama. To není o tom, že by jenom Marijánka interpretovala. Ona podnětně vede.

A ty si z toho odnášíš nějaký sebepoznání nebo ti to evokuje nějaký problémy? *Všechno, to sebepoznání, inspiraci, nad čím bych se mohla zamyslet sama nad sebou, nebo mi to ukáže nějaký problémy z jiného úhlu, třeba co jsem dělala při jiných terapiích, tak zase na to nahlídnou trochu jinak.*

Takže ti to otvírá nové obzory, jiný úhly pohledu na věci, který už znáš.

Že si s tím člověk pohraje, že si to prohlídne z různých úhlů, v jiný situaci, nebo že si to promítne do té kresby, což je úžasný.

A ty si z toho odneseš nejenom tu informaci, ale i ten prožitek. Když jsi vstupovala do toho ateliéru a měla jsi představu, že by sis ráda vyzkoušela ty barvičky a tak, udělala jsi něco pro to, aby sis to opravdu z toho ateliéru odnesla?

Jo, pořád jsem kreslila pastelkama nebo pastelama, a tak jsem dala podnět k tomu, že bych si ráda vyzkoušela vodovky nebo tempery. Chtěla jsem si vyzkoušet ten štětec. A možná jsem se na to už i cítila. Protože já jsem v podstatě nic jiného než pastelky, pastely nebo prstový barvy nepoužívala, i když byla možnost, já jsem si vodovky nebo tempery nevzala. Protože jednak se mi do toho nechtělo, jednak jsem je neměla 15 let v ruce. Takže já jsem měla ten úkol pro sebe, že bych je chtěla využít.

Takže jsi do toho šla otevřeně a snažila ses překonávat svoje hranice?

No, trochu jo, ale je tam dobrý to, že to je bezpečný, když do toho člověk nechce jít, když je tam nějaký problém třeba s rodičema nebo partnerem, cítím takovou bezpečnost, můžeš tam jít, nemusíš to dál rozvíjet, pokud nechceš. A pokud člověk chce se do toho ponořit, třeba někdy chci, tak tomu dáš výraznej podnět a můžeš si to tam nějak prožít nebo se na to podívat.

Takže to vnímáš jako takový pole, kde si to řídíš sama. Je to takovej svobodnej prostor, kde necítíš nátlak.

Já si myslím, že si to možná i sama ohlídám. Marijánka to ohlídá, ale já sama si to dokážu řídit.

Nevnímáš to tak, že by třeba interpretovala, když třeba nechceš.

Pokud třeba interpretuje, i když třeba správně, ale ten člověk nechce, tak toho nechá, nešťourá do toho.

Dokázala bys říct, jaký témata se tam objevují?

Rodina, ta se projeví snad v polovině, rodina buďto původní nebo současná, osobnost, kreativita, nebo i naladění na skupinu, když jsou tam věci do skupiny. Nebo aktuální nálada.

Takže to je takovej sebeprůzkum, kde se sama nacházíš, nebo kde se nacházíš ve vztahu k té skupině. Že je tam důležitý to srovnání s těma druhějma členama skupiny, je to obohacující?

Jo, je obohacující to, že člověk pozná jiný osudy, jiný pohledy na svůj výtvor, pozná jak by sám interpretoval sám pro sebe výtvary druhých a zároveň získá jiný pohledy na ten svůj. To je obohacující.

Ty témata, který se tam objevují, ty zadání, jsou plynulý v závislosti na tom, kde ta skupina je, nebo pevně daný?

Jak kdy. Někdy je to pevně daný a někdy ne. A i když je to pevně daný, dál se na to plynule nenásilně potom navazuje anebo je volná technika. Anebo i z toho pevně daného tématu například nakreslete pohádku, tak Marijánka plynule zareagovala, že se dělal smejvák. Takže je to flexibilní. Když se něco nevede, jsou různé alternativy,.. nebo se na to plynule naváže nebo nemusí, něco se nechá uzavřený, něco otevřený. Závisí to na skupině, ale i na jedinci, jak na tom je.

Jak vnímáš tu skupinu, že pracuje? Vnímáš ji, že spolupracuje?

Je to jak kdy a jak s kým, jak kde. Vnímala jsem to jinak ve škole, jiný to bylo, když jsem absolvovala s jednou skupinou tři bloky, v jedné skupině jsem to vnímala, že si tam šel každý sám za sebe, že jsem se tam necítila úplně dobře, v té druhé jsem se cítila úplně výborně.

Jak vnímáš aktivitu členů. Reaguje někdo víc, někdo míň nebo je to plynulý?

No jak kdy, a záleží jestli se pracuje individuálně nebo v malých skupinkách. Nebo v celé skupině, najde se tam někdo, kdo je ukecanější nebo je aktivnější nebo kdo se zase neprojeví a potřebuje pošťouchnout, tak to je na vedoucím, aby když ten člověk chce něco dělat a potřebuje jenom pošťouchnout, ale to mu potom může víc vyhovovat práce ve dvojicích než ve větší skupině....

A v reakcích na druhé? Přijde ti, že reagují všichni více či méně nebo je tam větší podíl vedoucího?

Jak v jaké skupině.

Podle toho, jak se rozjede? Když se rozjede, tak se vedoucí stáhne?

No, i na tom složení skupiny záleží. Byla jsem ve skupině, kde se Marijánka ke slovu skoro nedostala, protože ti lidi byli hodně aktivní, motivovaní, otevření a bylo to hodně interaktivní. A v té druhé skupině zase Marijánka hodně interpretovala a z těch lidí téměř nikdo nic neřekl. Záleží na lidech, někdo může se ostýchat, když je tam někdo dominantní, tak je to náročnější a záleží na vedoucím, aby to kočíroval.

A tobě vyhovuje která víc?
Asi něco mezi. Zase jsem zvědavá na její pohled jako člověka, který má zkušenosti,

a zároveň na ty ostatní pohledy, protože každého napadne něco jiného a potom se na to navazuje.

Takže obojí vnímáš jako přínosné. Pamatuješ si na nějaké reakce druhých členů skupiny, které ti něco přinesly? Na tebe i na dílo?

Obojí.

A ze strany Marijánky?

Jo.

Jsi otevřená všemu a zároveň si dokážeš stanovit hranice, když ti to už není příjemné.

A taky se ohradit, oponovat, když s tím třeba nesouhlasím.

Ceníš si víc reakcí od skupiny nebo od Marijánky?

Jak kdy, záleží. Obojí je pro mě cenné.

Jaký to pro tebe je, když ti dává někdo reakci na tebe nebo na tvoje dílo?
Někdy je to příjemný, někdy ne. Vždycky se snažím zamyslet nad tím, proč to tak je nebo není. A to na každého člověka může působit jinak.

Že to nebereš jako ohrožení ale jako šanci si něco vyjasnit?

Ohrožení ani ne.

Jak silný zážitek na škále od 1 do 10 je pro tebe účast na ateliérku?
Jak kdy, podle toho, jakou já mám náladu, jaká je nálada ve skupině, jaký jsou tam techniky. Někdy si to opravdu hodně užiji, někdy si projdu téma technikami jen tak lehce....Fakt jak kdy.

Takže to záleží na tvém osobním nastavení, se kterým tam jdeš?

No, to určitě. Když jsem unavená nebo když člověk má problémy, tak se člověk jenom tak nechá unášet téma technikama. A je to jiný než když do toho jdeš a potom se to téma i víc rozpracovává a zdrží se u něj dlouho, je to silnější zážitek.

Je třeba něco, co se v těch setkáních opakuje? Nějaký rituály?

Marijánka. No, tak to, že jsou to vesměs nadšený lidé, který jsou otevření, kreativnější, přemýšlí o různých způsobech vyjádření, života, že jsou tam pozoruhodní lidé. Není žádné pevně dané uvítací rituál, jako je kolečko uvítací, ale je to podle okolností uzpůsobený. Že by to mělo nějaký pevně daný pravidla,... Že se může každý vyjádřit, že může jít do toho, do čeho chce.

To, co tam vzniká, výtvarný dílo, scénka, vnímáš ne jako cíl, ale jako podklad pro to, co se dál v té skupině odvíjí, a každý má možnost se k tomu vyjádřit.

Zároveň to může být hezký, může si to vystavit a zároveň je s tím spojený ten prožitek, podnět, kterej se může dál rozvíjet.

Nad těmi díly se potom mluví, opakují se tam témata, už jsme zmínili třeba rodina, je to úplně jiný pokaždé ten rozhovor?
Není to úplně jiný. Já to mám tak, že když něco vznikne, tak se nad tím nejdřív zamyslím sama nebo si myslím, že se člověk zamyslí, co mu to třeba připomíná nebo co to je nebo jaký symbol se tam vyskytuje, a pak se k tomu vyjádří skupina. Anebo je to naopak. Že k tomu nejdřív něco řekne skupina, že se každý vyjádří k tomu dílu, přístupy jsou různé.

To pořadí se dopředu domluví?
Nemyslím si, to říká Marijánka v průběhu. Třeba to a to udělejte a teď dejte ke každému lísteček, jak to na vás působí, neříká to dopředu.

Dokázala bys vypíchnout něco, co se ti na tom líbí nejvíc, nejvíc tě to obohacuje?
Že se tam setkají lidi, který o to mají zájem a mají jiný pohled na prožívání nebo na vyjadřování. Že si to čím dál tím víc užívám, třeba i tu práci s barvami, že si troufnu míchat barvy, což jsem nedělala, je to jiný vyjadřovací prostředek.

Je třeba něco, co bys změnila, aby ti to víc vyhovovalo?
Já se těším, až to bude vícedenní, že se to víc rozpracuje, že si ti lidi na sebe víc zvyknou. Mám pocit, že na konci jsem taková nabuzená po tom jednom dni, že bych pokračovala. I když zase vím, že když jsem měla dva dny za sebou, že jsem byla unavená. I když možná to bylo i tím, že to byl víkend po náročném týdnu.

Každopádně pochopila jsem to správně, že by ti vyhovovalo jít víc do hloubky, víc ty témata rozpracovávat?
Jo, mně by lákalo udělat trošku terapeutickou skupinu mezi lidmi, že by to byla uzavřená skupina, teď je to opravdu takový atelier, jednou je tam ten, podruhé jiný, možná by mi vyhovovalo podívat se víc do hloubky na nějaký témata touto technikou.

Dá se říct, že tě to navnadilo, dalo by se to vnímat jako mezistupeň?
Asi to mívám opakovaně, když jsem dělala terapii zaměřenou na tělo, pak jsem byla na nějaké ochutnávce Pessa, tak jsem chodila rok do terapeutické skupiny Pessa, nebo s terapií pevným objetím jsem to měla velmi podobný. Že to je možná takový možná přirozený postup, že tak jemný seberozvoj, něco o sobě poznat, a potom se do toho pustit hlouběji, zkusit si to opravdu na tom pracovat víc, systematicky.

Jak to máš s výtvarnými díly nebo uměním obecně. Říkají ti něco nebo ne?
No, to je těžký. Myslím, si, že je osobně nedokážu ocenit. Něco mě třeba nadchne. Když jdu třeba na výstavu, něco mě občas zaujme, je to fakt dobrý, má to nějakou nebo něco, ráda se na to dívám, ale myslím, že nedokážu to moc ocenit.

Tím myslíš...
Tím myslím, že podle třeba nějakých škatulek. Já to jsem schopná projít rychle a nepoznám dobrý a míň dobrý, anebo že bych to víc ocenila.

Nejsi schopná dílo oceňovat z umělecké hodnoty, jestli je hodnocené kritiky anebo ne, že na to pohlížíš ze subjektivního hlediska.

Když mě to zaujme nebo když mám dojem, že mi to něco dává, když z toho dokážu něco vytáhnout, když mě tam něco dokáže zaujmout...

Co tě tam zaujme natolik, aby ses u toho zastavila?

Když to vyjadřuje nějakou náladu, když na tebe dýchne nějaké pochmurno nebo nějaká atmosféra z toho obrazu.

Když to nějak emočně osloví. V čem to je? V kompozici, tvaru, barvách? *Když tam jsou zajímavé barvy, když tam nejsou jen červená, modrá, zelená, ty odstíny mě osloví. Nebo když je něco třeba květiny hezky namalované, že si řeknu, tak to bych nikdy nenakreslila.*

Změnilo se něco za ty dva roky, co chodíš malovat, co se přeneslo i ven?

Už dokážu i ty kresby, který nejsou umělecký, že se mi hodně líbí. I ty moje. Že si v tom dokážu něco najít. Jsem taková, že bych si i sama něco nakreslila.

Začala jsi díla hodnotit míň podle uměleckých kritérií a začala jsi je hodnotit víc podle subjektivních kritérií?

Jo, že se mi i víc líbí neprofesionální díla než něco. Mně se teď hrozně líbí, jak Esterka maluje, každá čárka, mně to přijde úžasný.

Co se ti na tom líbí? Někáká přirozenost?

Nadšení, s jakým ta Esterka to dělá, že je to auto, a přitom je to jen čárka, co do toho dává. Nebo i já když kreslím, co mi to připomíná, že pomalu není poznat, že je to osoba, ale pro mě je to osoba, ale ten prožitek, se kterým jsem to dělala.

A je něco, co jsi si díky tomu ateliéru uvědomila, nemuselo se to reálně změnit?

Že si člověk uvědomí, co je pro něj důležitý, nebo to, co si myslel nebo verbálně to zdůvodnil, že si to tam uvědomil.

Že jsi třeba víc v kontaktu sama se sebou?

Jo, není to třeba až tak intenzivně jako u terapie pevným objetím, je to jiná dimenze, ale taky, že se člověk ponoří, že si uvědomí vztahy k druhým lidem.

A v tom ateliéru se ti líbilo? Cítila ses bezpečně, nebezpečně, líbilo se ti tam?

Jo, líbilo. V Ulitě se mi moc líbilo, v Baobabu se mi taky líbilo. Mohlo by to být větší, aby měl každý možnost najít si ten svůj kout a pracovat ve větším soukromí. Eventuálně, kdyby se udělala nějaká uzavřená skupina.

Byly nějaký témata, který tě za tu dobu zaujaly víc než jiný?

Všechno bylo zajímavý. Jako často v poslední době mě víc baví imaginace a potom jejich rozpracování. Tak to jsem si možná i víc užívala ty témata v nich. No, ono to není vždycky tak, že by to bylo jedno téma, záleží, jak si to člověk interpretuje.

Vnímáš ty témata natolik volný, aby si na to člověk naprojektoval to, co je pro něj aktuální.

Jo, to je zhruba ten princip. Někdy je to pevnější, třeba o historii, přítomnosti, budoucnosti, nebo o vztahu k druhým lidem, ale aktuálně si tam člověk může našroubovat nebo nainterpretovat to, co zrovna potřebuje, čím se chce zabývat.

Když jsem mluvili o těch technikách, byla nějaká technika, která tě více zaujala? *Ten smývák mi přišel zajímavý. Pro mě osobně třeba práce s hlinou, možná podruhé v životě jsem hňácala s hlinou, to bylo příjemný. Assemblage z přírodnin byla úžasná.*

Máš nějakou představu o tom, co znamená pojem arteterapie a artefiletika.?

Arteterapie je druh terapie, který využívá výtvarné techniky obecně, pod to by se dala shrnout i muzikoterapie a tak a spíš artefiletika je asi o prožitcích. V podstatě to furt nechápu. Nevnímám tam pevnou hranici. I v té arteterapii je to o prožívání. Každý artetreapeut to chápe jinak, někteří využívají artefiletiku a nazývají to arteterapií, že to nemám úplně rozlišený, spíš to mám jako prožitkový malování. O tom prožívání a tvoření nejenom třeba kreslení, ale vyjadřování skrze to. Nemyslím si, že by to bylo jasně daný nebo že by to bylo potřeba. Že to může tak pěkně prolínat.

Je ti některý pojem příjemnější?
Abych řekla pravdu, arteterapie mi zní příjemněji. Artefiletika, ačkoli vím, o čem je, tak je to zvláštní pojem. Arteterapie je vznešenější, nějak mi to příjemněji zní. Artefiletika je jako nějaká filologie, že nějak zvláštně zní. Vnímám to podobně, ale arteterapie se mi líbí víc.

Pan J.

Dg.: Bez diagnózy

Věk: 27

Vzdělání: VOŠ

Artefiletika: PhDr.Bažantová Mariana- Hradec Králové

Kdy jsi se poprvé setkal s takovým malováním?
Úplně poprvé, kdy jsem se setkal, tak to bylo asi na gymplu. To mi mohlo být nějakých 16, jsem chodil do pedagogicko-psychologický poradny, a tam se dělal diskusní klub pro mladý lidi, a tam se používaly různý techniky, já nevím, sebevyjádření a používaly se jak muzikoterapeutický, tak arteterapeutický, takže jsme malovali a potom jsme si povídali o těch pocitech, co jsme měli při té tvorbě, a tak. Takže to bylo asi úplně poprvý. To mi bylo 15-16.

A teď naposledy, tos byl, mám pocit u Marijánky?

Jo, to jsem byl u Marijánky v Hradci. Já nevím, tak měsíc to může bejt? Já si teda nepamatuju data.

To nevadí. Takže kdyžs tam šel, tak jsi už trošku věděl, do čeho jdeš, mělš už nějaký zkušenosti předtím.

Asi jako věděl jsem, do čeho jdu.

Cos očekával, že tě tam čeká?

No, tak očekával jsem, že se seznámím zase s nějakýma novýma technikama, který jsem neznal, hlavně jsem očekával, nebo mě zajímalo, jaká bude osobnost toho terapeuta, protože jsem Marijánku neznal předtím, což si myslím, že je podle mýho tak 80 procent toho úspěchu. Protože když pracuju s člověkem, kterej mi nesedí, a kterej mi nesesedne a je mi nesympatickej, tak at' jsou ty techniky sebezajímavější, tak jako. Je to tak trošku o mně, nevím, jestli je to širokoplošně, ale když je to přes pocity, tak v první řadě mi musí vyhovovat ten terapeut. No, a další, co jsem očekával, tak asi, že se něco zajímavýho dozvím o sobě, a zároveň to pro mě byla výzva, protože jsme tam jeli se Zuzanou spolu jako partnerská dvojice, a to je takový taky zajímavý, že se to moc nedoporučuje bejt na takovejchle akcích společně. Ale zároveň jsem říkal proč ne, proč to nevyzkoušet, i mi říkala, že to prostředí je poměrně bezpečný, je to malá skupina, Marijánku mně jakoby vychválila a tak jsme do toho šli s tím.

A ty očekávání se splnily, nesplnily?

No, očekávání, co se týče osobnosti toho terapeuta, tak to se splnily myslím nad očekávání, Marijánka je moc fajn, ta mi sedla, co se týče novejš technik, tak objevily se tam techniky, jelikož já jsem byl jenom na dvou těch setkáních, ten kurz celej je čtyř, na čtyři části rozdělenej, a já si to doplním ty zbylý na podzim. Ale ty techniky, některý jsem znal, některý jsem neznal, ty co jsem znal, byly v trošku jiným podání, a to se mi líbilo, a ty, který jsem neznal, tak ty mi přišly zajímavý, a třeba je někdy použiju sám až budu něco dělat. Jo, a s tou Zuzanou, si myslím, že to bylo docela zajímavý. Že jsem se v tom cítil dobře, že jsem se necítil nijak ohroženej, my jsme se pak o tom hodně bavili, a nakonec jsme byli rádi, že jsme tam byli spolu,

že jsme zjistili, že jsme třeba na některý ty zadání, že jsme vlastně odpovídali stejně. To bylo takový fakt jako vtipný, že my už spolu jsme sedm let a přece jenom v tom vztahu, jak znáš toho druhýho, tak se tak jakoby částečně přizpůsobuješ a částečně i jeho si přizpůsobuješ, takže je zajímavý, že některý ty situace jsme řešili stejně.

Takže to bylo takový dobrý zjištění, že jste tak pěkně symbioticky sladění ?
No, tak jako úplně symbióza to není, ale že máme docela jako našlápnuto. Že je to dobrý.

Tak tys říkal, že sis z toho chtěl odnést třeba ty zážitky, možná taky se o sobě něco dozvědět?

Tak určitě, asi já jsem to nezmínil, ale беру tydlety techniky všechny jako sebezkušenostní, že prostřednictvím vhodný interpretace toho terapeuta se dozvíš něco, co je jako schovaný, co máš jako v nevědomí, tak to na tom papíru vytryskne a já jsem vždycky hodně rád kreslil, a právě mě to zajímalo, jak jako, že kreslím docela často, teď teda docela málo, ale prostě v mládí jsem hodně kreslil, a bavilo mě to, takže mám tu kresbu jako stylizovanou. A právě mě zajímalo, jakou to bude mít výpovědní hodnotu. A v důsledku jsem zjistil, že jako jsou pěkný ty, který s tímhle vůbec nepracujou, nebo třeba i když je ta kresba nějakým způsobem uhlazená, tak stejně ta hodnota tam je, akorát ji člověk musí najít, aby ji mohl interpretovat. Což Marijánka nám vždycky dala nějakou škálu na výběr, různých přístupů, vysvětlovala různý ty pojmy, různý prvky v té kompozici, z různých úhlů pohledu, pohledů těch škol, každý byl jinej.

Takžes nakonec byl schopnej z té stylizace vykročit.
Právě.

A chtělo to něco ze tvé strany, abys pro to udělal, aby to fungovalo?
Jako obecně v tom kurzu?

Obecně.

Jo, určitě. Určitě jsem se snažil potlačit nějaký to svoje ego, aby se tam moc neprosazovalo, spíš jsem si dával pozor na to, abych poslouchal ty ostatní. Že to byla skupina, nás tam bylo 6, 5-6, převážně teda jako ženská skupina, já jsem tam byl jedinej muž. A bylo tam i různý věkový složení, různý i zaměření, nebylo to, všechny ty holky a paní byly zaměřený humanitním směrem, ale byly tam psychologky, učitelky, terapeutka, bylo zajímavý poslouchat je, jak třeba interpretují ty moje obrázky, protože si myslím, že není jakoby tolik důležitý, co v tom vidím já, protože to si člověk spoustu nepřipustí, ale to co vidí nejenom ten terapeut, ale i to kolegium v rámci té skupiny, to jsou zajímavý postřehy.

Takže to pro tebe bylo obohacení tím, že to byly třeba ženský,....jiný úhel pohledu.
Mě trošku mrzelo, že tam nejsou ty chlapi, protože je hrozně cenný mít ten bipolární pohled na věc, že genderově, jak názory ženy tak muže, protože každé v tom vidí nějaký ty svoje témata, z toho svého úhlu pohledu, z pohledu i toho rodovýho. To se mi bohužel nepoštěstilo. Vlastně na tom druhým setkání, tak tam byl Olda a toho jako

vždycky si rád poslechnu, protože si myslím, že když mluví, tak to má hlavu a patu, že má i dost zkušeností jakoby i co se týče práce psychologa, takže to bylo pro mě mnohem víc zajímavý než to první setkání.

Jo, takže tys říkal, že bylo potřeba tak trošku potlačit to svoje ego, aby ses tak moc neprosazoval, bylo ještě něco, co vnímáš jako důležitý pro to, aby to fungovalo?

Asi nějaká míra vyladění se na tu skupinu, přistupovat k tomu, že tam jdeš, abys se o sobě něco dozvěděla, aby jsi něco získala, něco si odnášíš. Já jsem tam k tomu tak přistupoval, i když jsem tam jel poprvý, jak to bude příjemně strávený den, že poznám nové lidi, zároveň poznám právě nové ty techniky, je to zajímavý, je to spojený s kreslením, což mě vždycky bavilo, a zprostředkuje mi to třeba nějaký zážitek, uvědomění si nějakých svých kvalit nebo slabín prostřednictvím těch jejich výtvorů.

Takže myslíš být otevřenější...

I nějaký to vyladění ... Asi tak jakože otevřenější.

A je něco, co sis z toho pro sebe odnesl? *Pro mě bylo hodně zajímavý, že jsem tam byl s tou Zuzanou, s tou mojí životní partnerkou, zrovna příští týden máme svatbu, takže je to takový v poslední době hodně intenzivní ten vztah, my spolu bydlíme, a právě jsem se docela toho obával, ale měl jsem veliký očekávání, jak to bude vypadat. V rámci té skupiny, když tam jsou dva lidi, který o sobě hodně vědí, ale zároveň mají taky nějaký svoje strachy, svoje obavy, který ale v rámci skupiny, která je anonymní, se dokáží prosazovat, ale zároveň před svým partnerem to jde většinou hůř. Tak mě právě překvapilo, že my jsme se teda o tom dost bavili, tak myslím, že i přes to jsme dokázali být dost otevření. Ale pro příště jsme si řekli, že pokud budeme absolvovat nějaký podobný kurzy, že to vezmeme sólo. Protože když tam jsme spolu, tak to je vždycky jiný. A nechci říct jestli horší nebo lepší vůči tomu výsledku, ale je to vždycky prostě jiný. Ted' jsem zapomněl, co ses ptala.*

Já jsem se tě ptala, co ti to přineslo, co sis odnesl?

Asi to, že to šlo, že bysme podobou akcí dokázali zvládnout bez nějakých konfliktů. A za druhý, že i prostřednictvím těch neverbálních technik, nějakýho malování, tak že tam vyplynuly na povrch třeba nějaký mechanismy řešení problémů, který máme stejný. A ač jsem si třeba myslel, že to tak není. Že třeba v některých situacích bych reagoval diametrálně odlišně od ní, ale ono se to vlastně ukázalo, že když jednala nějak podvědomě dejme tomu, tak použila třeba stejnej mechanismus jako já. Takže to bylo pro mě řekl bych velice obohacující, a řekl bych asi na prvním místě, kdybych to jako odmyslel od toho zážitku, který jsme tam měli společně, a mluvil bych sám za sebe, tak to byla hlavně ta technika práce s hlínou, ten kontakt, ta se mi líbila opravdu hodně moc. To modelování bylo opravdu výborný, i u toho nemluvit, to je pro mě problém, protože mluvím často a rád, a bylo to jako velice zajímavý. Často třeba ta konfrontace toho, jak se někdo zhostil toho úkolu, a já jsem si říkal, Ježíš Maria, proč? To jako vůbec nedává význam, ten člověk k tomu potom začal mluvit, a často tam vyplynula nějaká vzpomínka z minulosti, a najednou to dávalo smysl, to jako zapadlo, a já jsem si říkal, aha, no, takže taky asi nějaký uvědomění si, že je důležitý

se na to koukat vždycky, snažit se vcítit do toho člověka, kouknout se na to téma jeho očima, i když je to teda hodně složitý. Nechat to svoje ego zavřený v tý komoře a... No.

A ta skupinka ti přišla, že na sebe členové reagovali, nebo ti to přišlo zařezaný...?
Mně to přišlo právě hodně v pohodě, protože tak, jak jsem byl vyladěnej já, s čím jsem přicházel do toho kurzu já, tak jsem mě takovej pocit intenzivní, že vlastně stejně tak přicházejí i ti ostatní členové. A myslím, že to je hodně důležitý. Že i když je člověk třeba v nějaký nepohodě, tak často se tam o tom mluvilo, že jakoby když měl přijet na tenhle víkend, tak že se na to těší, že si odpočinou, že si třeba tam i nějaký ty svoje smutky, nenáklady, že si je nějak vyventilujou právě třeba prostřednictvím těchhle technik. Že to má jako docela si myslím výraznej abreakční potenciál. Že to tam člověk ze sebe fakt dostane, nejenom tu euforii, ale na druhou stranu třeba nějakou tíseň.

Když si vzpomeneš na některý reakce tvých spolukresličů na tvoje díla, přijdou ti některý jako důležitý?

No, často mě zarazelo, jak to fakt jako funguje, jakože i když je člověk trochu skepticej, že si k tomu tak přistupuje, že si teda něco tak namaluje, říká si, mám nad tím jakoby kontrolu, vím co kreslím a proč to kreslím, z jakýho důvodu, najednou dostaneš zpětnou vazbu, že ti ostatní v tom vidí něco úplně jinýho, jako třeba to, co ty v tom třeba vidět nechceš z nějakýho důvodu. Takže to je pro mě hodně důležitý, jsem si říkal, ty jo, fakt jako to funguje, když oni se shodli na něčem, že to tam je, já jsem říkal, že to tam přece není, na tom obrázku, já jsem tohle nechtěl vyjádřit, ale asi třeba jo. Že jsem si řekl, že něco na tom asi je. Takže určitě v podstatě všechny ty zpětný vazby od těch členů toho setkání, respektive členek teda, tak mi přišly jako cenný, určitě. Že se jakoby trefujou, a taky zajímavý bylo, že tenkrát jedna ta účastnice nebo i pak třeba Olda, tak že to vždycky vidí z toho svého zkušenostního pohledu, že třeba tam byla starší paní, ta to viděla z pohledu třeba matky, nebo tam byla holka stejně stará, ta to viděla z pohledu potenciální partnerky, pak tam byl ten Olda, ten třeba jako kolega, v pracovním rozměru třeba, jako v hodně směrech to pro mě bylo cenný. Chceš, abych vypíchn nějakou konkrétní?

Nemusíš, mě zajímal ten princip. Ještě se tě zeptám na reakce Marijánky, byly v něčem jiný, stejný, dávaly ti něco?

Jo, tak určitě, Marijánka to, mně se líbilo, že to spíš tak něžně kočírovala, že hodně dávala prostor těm lidem, že si myslím, že o tom to hodně je, a ona nám pak akorát opravdu jako nabídne, že neřekne direktivně, je to takhle, takhle, ona řekne gestalt se na to dívá takhle, psychoanalýza takhle, já nevím, biosyntéza tak prostě, to zase podtrhuje tenhle rámec jako jo. Ona hodně se na to dívá z pohledu, teď mi to vypadlo, podle Husserla, ne? To je co?

Fenomenologie.

Fenomenologie, jasně. Z pohledu fenomenologickýho, takže to vykládá hodně právě z tohoto pohledu a jako to mně docela jako sedělo. Že vždycky, když to závěrem tak jako glosovala, ale jako právě se mi líbilo, že to nebylo jenom vždycky jako z jednoho pohledu, ale bylo to prostřednictvím těch přístupů, škol.

Dala nabídku, ale nenutila.

No, neříkala, hele, tady ti z obrázku ční todle, znamená to, že seš takovejdle. A to je podle mě asi ten základ. Že podle mě žádnéj sebezkušenější terapeut nemá právo todle říct.

A když si vzpomeneš na nějakou situaci, kdy se vyjadřovali ke tvému obrázku, jaký to bylo?

Jak jsem na to reagoval?

No, vůbec jak ses u toho cítil, jaký to pro tebe bylo?

Tak většinou jsem byl vždycky chválenej za ty svoje výtvary. Člověk si myslí, že má nějakej status, že něco umí, něco umí míň, něco mu jde, něco mu nejde. Ale tady jakoby o to moc nešlo, o tu formu, ale jako o ten obsah, co v tom je za to téma, který v tom každej vidí. Takže teda já jsem si říkal, tak to je teda krásnej obrázek, ten se mi povedl, ale na to vlastně ta skupina nereaguje. Reaguje spíš na to, co jsem tím chtěl vyjádřit a tak. Takže určitě je to takový, to je právě na tý arteterapii dobrý, že to tvoje ego se musí spoutávat jako. Jako že to občas dá za uši, že prostě ty vědomě tvoříš něco, ale zároveň nevědomě do toho něco promítáš a to, co tam promítáš, tak to těma technikama, způsobama, který právě třeba Marijánka ovládá, třeba aji ta skupina, tak oni to odhalují. A třeba vidíš nejenom hezký věci. Najednou tam vidíš nějaký komplex, něco, co mě fakt trápilo docela dlouhou dobu, takže jako necejtíl jsem se vyloženě nepříjemně při tom hodnocení, ale spíš si myslím, jelikož jsem dost těchdletěch technik absolvoval, tak jakoby nad tím mám kontrolu, jakoby na to koukám, že koukám na to svrchu, a říkám si, hele teď se vlastně chováš takhle, teď se cejtíš třeba dotčenej nebo ukřivděnej, že někdo to třeba vnímá jinak než tys to vůbec chtěl, jo? To je zajímavý vidět, co to s tebou dělá. Já si myslím, že kdyby to bylo třeba před pěti lety, že by to bylo zase úplně jiný.

Tady ty věci si uvědomuješ přímo při té práci nebo až při diskusi o tom?
To asi spíš až potom, protože když to kreslím, tak se snažím o tom nepřemýšlet, neanalyzovat to, ale spíš to tak jako nechat po tom papíru nebo záleží teda na té technice, třeba prostřednictvím té hlíny, je to zajímavý, co z toho vyleze.

Ty už jsi zmínil nějaký věci, který se ti na tom líbily, bylo ještě něco, co bys vypíchl?

Já teďka pracuju s lidma, který berou drogy a často v individuálních konzultacích používám různé metody pro vyjádření jejich strachů, obav, jejich vztahu k tý droze, vztahu k rodině a tak, takže pro mě je nesmírně cenný všechny tyhle techniky, který já třeba v nějaký redukovaný míře můžu s tím klientem použít. Že si myslím, že to je hodně cenný, protože oni často nemluvěj, oni často nechtěj mluvit, často nenacházej třeba ty slova a prostě i to, když on má prostě něco vyjádřit, třeba když napíše tiskacím matka a zapíchne do toho tužku, tak prostě to je silná exprese pro mě toho jejich vztahu, dá se s tím nějak pracovat šetrně, že jo.

Takže všechny tydlencty nový techniky, tak se snažím nějakým způsobem zúročit jakoby z toho pracovního pohledu. Ale zároveň jako jsem vnímal i velký obohacení

sebe sama, že já vlastně to na sobě vyzkouším a vím, jak se ten klient v tom jakoby cejtí. I když mám třeba nějaký náhled, což si myslím, že ten klient třeba nemá, protože je to pro něj něco nového.

Dovedeš si představit, co bys udělal jinak, aby ti ty kurzy ještě víc daly?

Jako pro mě je fakt důležitý, v jakým vyladění tam přijdu. Zajímavý, že se mi osvědčilo, že i když jsem tam nepřišel úplně rozjařený, tak ta atmosféra mě zklidnila a pak ty aktivity mě vybudily k nějaký činnosti. Podle mě je hodně důležitý i pro mě samýho, se jako nastavit na nějaký příjem informací, za druhý připravit se na nějakou tu aktivitu a vyladit se na tu skupinu těch lidí, takže ono to zní možná blbě, ale já tam mezi těma lidma cejtím nějakou tu vazbu, která tam je, já nevím energii, prostě že ti lidi se tam dostávají do interakce a sdílejí tam prostřednictvím nějakých těch arteterapeutických technik svoje vnitřní potěšení, obavy, strachy, který často nikdy neverbalizují. Třeba, že o tom nemluvej. To je hrozný gesto nějaký důvěry, i když jsme tam anonymně, vidíme se poprvý a potom se zase rozejdeme, ale ten pocit tý potřeby nebo ochoty sdělit tuhle informaci, i když třeba takhle nějak zakódovaně, tak je hrozně stmelující. Bejt otevřený, nechat se vést tím terapeutem, kterej jak říkám, když je mi sympatickej, tak je to ideální. Často se to tak nestává a často jsem byl na kurzech, který mohly bejt skvělý, ale ta osobnost toho terapeuta nebo toho vedoucího mně znemožnila si to užít.

A čím to je, že ti některý vedoucí sedne a některý ne? Já třeba nemám rád direktivitu. Já nemám rád, když ti ten člověk nedává na výběr nebo nedává možnost, ale přímo ti sděluje ten svůj pohled, kterej považuje za správný. Což i když má 20 let praxe, tak stejně ta psychologie a vědy týkající se lidský psychiky, nastavení člověka, jak vnímá svět, jak na něj reaguje, tak přes to přese všechno, kolik dosáhli nějakých empirických poznatků a dat a informací, tak je to tak, že každej ten člověk je úplně jinej a do žádný škatulky se nevejde. Takže já nemám rád tu direktivitu a nemám rád, nevím, asi to neumím zformulovat, ale spíš osobnostně mi ten, samozřejmě že hraje taky roli, jak mi ten člověk padne prostě do oka, jestli si sedneš nebo nesedneš s tím člověkem, ale pro mě je to fakt hodně důležitý, když tam mám sdílet nějaký svoje pocity, tak potřebuju mít pocit, že to za to jako stojí, že se mi to vrátí, a že je to bezpečný.

Takže je tam důležitý i nějaký porozumění, kromě toho potlačit vlastní ego...

Já, to je spíš moje nějaký osobní téma, protože si myslím, že i ve vztahu s klientem, že hodně se snažím brzdit a dát prostor tomu druhýmu člověku, protože když s někým komunikuju, tak v tom vztahu bejvám často dominantní a nemyslím si, že je to dobrý jako. Že spíš čím míň mluvíš ty, tak tím víc dáváš prostor těm ostatním, tak tím víc se dozvíš, a zároveň i o sobě. Takže já jsem třeba absolvoval muzikoterapeutický výcvik před dvěma lety a to bylo právě velký téma pro mě tohleto, to bylo intenzivnější a bylo to delší a to, co jsem si odtam odnesl, to bylo takový heslo „Potlač svoje ego!“.

Takže se toho držíš a snažíš se...

Jo, myslím, že jo, je to totiž důležitý nejenom pro mě v té práci s tím klientem, ale i osobně ve vztahu, v rámci rodiny nebo s partnerkou a tak.

A jak to máš s výtvarnýma dílami vůbec nebo s uměním?

Já mám odmalička rád dynamickou kresbu a ty grafický novely. Ted' se tomu říká grafická novela. A komiksy, odmalička. Mě hrozně fascinovaly, a sbírám spoustu let komiksy, a kreslil jsem i komiksy, a od takových těch Čtyřlístků a takových těch základních, triviálních kresbiček jsem se posunul k takovým komiksům, řekl bych, že to je už umění. I když často se setkávám s názorem, že je to zábava pro infantilní muže, tak s tím nesouhlasím a komiksy mám moc rád a mám dost oblíbených autorů, nejenom scénáristů, ale hlavně jako kreslířů a koloristů, a to jsou fakt krásný věci, takže z výtvarného umění mám nejvíce rád komiksy.

V čem tě ty komiksy tak oslovují?

Je to dynamický. Já v tom, i když teda určitě v leckterých dílech slavných malířů nebo sochařů a všeho, tak ta dynamika je tam určitě taky, ale mě fascinuje, že tam na jedné stránce se toho hodně děje a přitom je tam ta dynamika. A že jsou různé způsoby, jak vyjádřit v té kresbě, třeba i minimalisticky, ty pocity toho hrdiny. Já jsem na to vyrůstal, takže se toho držím. A vlastně i všechny ty moje kresby, tak když nepočítám výtvarku, tak jakoby se to tam točilo pořád kolem těch komiksovéch témat, to byly bájný světy a příběhy. To mě bere doteďka.

Takže je to o tom vyjádřit třeba nějakou zkratkou něco dynamického...

No, asi jo, tak to vnímám teďka, dřív samozřejmě ne, dřív to byla zábava hlavně, byla to akce, byla to zajímavá kresba, teď to spíš už vnímám jako opravdu i takový alternativní způsoby vyjádření, a není to jen kresba, jsou tam třeba spreje, koláže, je to zajímavý.

A když se díváš na ten komiks, tak to s tebou dělá co?

No, vyplavují se mi asi nějaký endorfiny. Samozřejmě záleží na tom scénáři, ale jako...

Jakoby se vžiješ do toho, co prožívá ten hlavní hrdina?
Já se většinou neidentifikuju, spíš se koukám jako ten divák, ale pohlcuje mě to, ale spíš jako tu třetí osobu, co na to kouká. Jako baví mě to, je to takovej koníček, kterej mám od dětství.

A když se podíváš na nějaký svůj výtvar, tak to s tebou udělá co?

No, já jsem k sobě hodně kritický. Jakože často s tím nejsem spokojenej. Většinou se třeba, právě třeba v rámci rodiny, se mi dostávalo vždycky těch pochval a tak, a já jsem si říkal, že to je tak jako ze slušnosti, že to je od rodičů, tak chtěj potěšit. Že jsem dost kritický, ale dřív jsem neměl moc potřebu to někomu ukazovat, spíš to bylo jakoby pro mě. Že mně nešlo o ten výsledek, ale spíš o ten proces. Když jsem to kreslil, tak jsem byl v tom světě, to bylo v dětství, v době puberty, a já jsem tam nějak profiloval ty svoje sny a přání a nějaký moje fantazie, a to jsem měl fakt spoustu skicáků pokreslených jako tímhletem. Je zajímavý, že teď jakoby spíš od toho tvůrčího se přesouvám spíš jako ten hodnotitel nebo kritik a ten fanoušek, kterej to posuzuje.

Už se do toho asi nedostanu tak, jako dřív, jakože nevím, jestli to je věkem, ale jako užívám si to, když to tvořím, ale spíš to hodnotím z hlediska té formy.

A když takhle jsi navštívil nějaký malovací ateliérky, změnilo se třeba něco ve tvém životě? Odneseš sis něco ven?

Tak já si myslím, že když se tam něco dozvíš, třeba prostřednictvím nějakýho toho výtvoru, jak to vnímá ta skupina, jak to vnímá ten terapeut, tak tě to změní, ať jako si třeba říkáš, že ne, že tak jako bylo to fajn, zase třeba někdy někam pojedou, ale teď už jsem doma a už to skončilo. Tak jakože není to tak, že bych si sednul a říkal si, jé, tak teďka jsem nověj člověk, nebo v tomhle jsem jinej, ale spíš třeba když nastane nějaká situace, která mi připomene nějakou situaci, která byla modelová na té arteterapii nebo i na různých jinejch kurzech, sebezkušenostních, zážitkových, tak si uvědomíš, žeš to už prožila a žeš reagovala tak, jak reagovala, říkáš si aha, no jo, tak třeba teď bych už tak nereagoval, reagoval bych odlišně, je to dobře, je to špatně, že mě to tak jako nějak povzbuzuje jít k sobě samýmu, že .. Ale spouštěčem je vždycky ta situace. Já jako o tom nepřemýšlím teoreticky, ale když už se něco stane, tak se mě zapne nějaká spínač, že jako aha, tohle je takhle a proč to tak je? Vždyť to tak bylo anebo nebylo? A proč?

Vzpomeneš si na nějaký techniky, který tě zaujaly víc než jiný?

Z technik určitě ta hlína. Ta hlína určitě v té haptice, v tom kontaktu. Úplně mi to jako fakt dělá dobře. A když jsem zjistil teda ten psychoanalytický výklad od Marijánky, jak je to to blátíčko, jak to někomu vadí, tak jsem si říkal, aha, tak bůhví, co jsem dělal, když jsem byl malej s těma hovínkami. Ale moc příjemný to je. Jakože kontakt s tou hlínou, jsem si vzpomněl, to byla taková zasutá vzpomínka, když jsem byl malej, že jsem s dědou dělal na zahradě, jsme sázeli cibule, a to jsem si pamatoval, jako teplá hlína, prostě která je prohřátá tím sluncem a teď s tím dědou, ještě vidím ty jeho vrásčité ruce, jak se mě dotýkají, jak tam dáváme prostě tu cibulku, jako že to je ..Přitom se jako objeví něco, co je zasutý a byla to moc hezká vzpomínka jako, že jsem strašně dlouho na ni nemyslel, že jsem si hrozně dlouho na dědu nevzpomněl. Takže v tom vidím způsob, jak oživit nebo jak vyvolat nějaký vzpomínky, jako dlouho zaprášený.

Ptala jsem se tě na spoustu věcí, je třeba něco, na co jsem se tě nezeptala a tobě to přijde zajímavý, důležitý?

Ani ne, mělas to hezky připravený.

A ještě kontrolní otázka. Co ti říkají pojmy arteterapie a artefiletika? Vnímáš v tom nějaký rozdíl?

Myslím, že to Marijánka nějak vysvětlovala, ale já to asi nezformuluju, protože já v tom zas tak zásadní rozdíl nevnímám, já tady tydlety teoretický věci spíš vypouštím.

A pocitově se ti k tomu něco váže?
Já nevím, já to pořád vidím asi nějak nesprávně, ale že ta arteterapie, že se použije už u člověka, kterej má nějaký problém, a ty vlastně prostřednictvím nějakých těch technik a metod, který uplatníš, aby on sám si uvědomil, jaký ten problém je, a třeba

už jenom tím procesem, kterej jakoby v rámci té techniky, kterým on prochází, tak ten problém zmírnit nebo ho nějak eliminovat. Zatímco ta artefiletika, ji vnímám, jakože to jsou různé metody a techniky, který nemaj hlavní náplní práce nějakou tu terapii, to znamená tu léčbu, jakože to nemá ten sanační význam. Já nevím, já to neumím moc vysvětlit.

A je ti některej z nich bližší?

Jakože si myslím, že ta arteterapie je pro mě jako taková ta vysoká škola, co by měl s tím klientem dělat člověk, kterej má opravdu praxi, kterej má na to vzdělání, kterej má hlavně zkušenost, protože se tam může napáchat nějaký ty škody. Já používám ty metody, ne ani tak v tom arteterapeutickým slova smyslu, jako snažím se dělat to hodně opatrně. Jako nepouštět se do nějakých témat, který můžou toho klienta nějak ohrozit nebo tak. Takže asi ta arteterapie, k tomu tak vzhlížím, si říkám, že to je fakt dobrej způsob, jak z toho člověka dostat informace nebo věci nebo problémy, ať to nazvem jakkoliv, o kterých nemá tušení. Hodně mi to přibližuje tu muzikoterapii, kterou teda mám možná ještě o fous radši.

Paní Z.

Dg.: Bez diagnózy

Věk: 27

Vzdělání: VŠ

Artefiletika: PhDr. Bažantová Mariana- Hradec Králové

Já bych se tě ráda zeptala na pár věcí ohledně toho malování, jak jsme se o tom bavily. Vzpomeneš si, kdy ses s takovým malováním setkala poprvé?

Jako strukturovaně? Asi na vejšce. Předtím, možná nějaký výtvarný techniky, kurzy poznávací, protože já jsem chodila do skauta, vždycky jednou za rok byly velký akce, kde se dělaly různé takové aktivity, že se tam dělaly různé galerie, malovaly se pocity, ale rozhodně to nebylo nazýváno arteterapií. A já to taky tak nebrala. A v tomhleto arteterapeutickém smyslu jsem se s tím setkala až na vejšce na škole. Tam jsme měli taky nějaký sebepoznávací seminář, tam jsme dělali arteterapii víc systematicky.

A teď vlastně jsi byla u Marijánky, to je taková nejčerstvější záležitost.

Ano, ano.

Takže když jsi šla k Marijance, tak jsi měla už nějaký zkušenosti, šla jsi tam teda s nějakýma očekáváníma?

Jakoby nějaký zkušenosti jsem měla, řekla bych, že to byly minimální zkušenosti, takže pořád jsem vlastně nevěděla úplně do čeho jdu a co jsem očekávala? Já vlastně od Markéty nebo od Oldy jsem věděla, že Marijánka je, oni ji moc doporučovali, říkali, že je moc fajn, a já sama právě nemám moc vyhraněnej vztah k malbě nebo výtvarnejm technikám, na jedné straně mě to baví, na druhé straně mám pocit, že mi to nejde, že to neumím, takže něco mě tam lákalo, jsem si říkala, mohla bych si rozšířit znalosti a i tak jako se trochu uvolnit, tak to bylo asi to, co jsem očekávala. Něco konkrétního za tím asi nebylo.

Rozšířit si znalosti, jak malovat?
V podstatě i rozšířit si znalosti o tom, co je to arteterapie, artefiletika, jaký používá nástroje a techniky, a potom jsem to hlavně chtěla využít ve své vlastní práci s klientama. Tohleto byla vlastně i jedna z věcí, proč jsem chtěla jít na nějaký takovej menší kurz, abych se zase naučila něco nového pro svoji vlastní praxi.

A ty očekávání se ti splnily?

Určitě, určitě tam bylo spoustu zajímavostí pro mě, který jsem zatím nevyužila, ale mám je v hlavě, a myslím si, že by to mohlo, až se třeba dozvím víc věcí, tak by to mohlo být dobrý.

Takže po té profesní stránce sis něco odnesla a sama pro sebe jsi taky něco získala?

Určitě taky, teďka jenom vzpomínám, v podstatě to, jedna ze základních věcí, který jsem si odnesla bylo zjištění, že to funguje. Já jsem taky byla trochu skeptická vůči těm metodám nebo přístupům, ale najednou jsem měla pocit, že to funguje, že to opravdu ukazuje nějaký ty aktuální témata, co se ti honějí v hlavě, že to najednou je jako velmi nosný, ty témata tak nějak vznikaj, .. To bylo taky důležitý, toto jsem si odnesla,

že jsem potřebovala nějak potvrdit, že to funguje.

Když jsi říkala, že to funguje, že se tam něco objevuje, je něco potřeba udělat, aby to tak fungovalo, jsou pro to potřeba nějaký předpoklady?

Jako ze strany terapeuta nebo toho jakoby klienta?

Ze strany tebe jako klienta, potom můžeme mrknout i na toho terapeuta.

Jako já myslím, že asi jo, že musíš bejt nějak asi částečně vnímavá, ted'ka se mi honí hlavou, že potom je to hodně práce i toho terapeuta, jakým způsobem tě navede na to téma, jestli se mu tam něco zdá zajímavý, a potom tě jako může navést, to znamená, že ty pro to jako nemusíš udělat zase tolik. Ale nějaká otevřenost nebo nějaká snaha do toho jít, zapojit se do nějaké té aktivity, jinak jako žádný další předpoklad, nějaká manuální zručnost, tak to si myslím, že tam nehraje zas až tak velkou roli. Spíš chuť něco novýho objevit, investovat do toho něco ze sebe.

Jasně, že nemusíš být akademický malíř, ale spíš jde o to přijímat nové věci. Možná třeba ne vždycky i příjemný.

To jsem myslela tou otevřeností, jako být připravenej, když se tam něco objeví, tak neudělat ten blok a tu klapku, jako a nepustit si to k sobě, ale jako vnímat ty věci, a jak říkám, jak to funguje, tak se tam může něco objevit, a může to být jak příjemný, tak nepříjemný.

A když dával někdo nějakou reakci tobě na tvoje dílo, jaké to pro tebe bylo?

Jako já mám pocit, že jsem, protože ta skupina byla příjemná, byla tam atmosféra bezpečí, takže když mi kdokoliv cokoliv řekl, tak jsem to považovala za docela zajímavý podnět a poznatek a snažila jsem se to nějakým způsobem s tím, co je ve mně skloubit, a když to tam pasovalo, tak jsem si to tam, doufám, nechala. Já jsem se to snažila do sebe pouštět.

Říkáš, pouštěla jsem to k sobě, a přenesla jsi to potom třeba někam do reálnýho života? Na mě to spíš působilo tak, že mi to ukázalo obraz toho, jak to ted' vypadá, jak to vnímám. Jaký je moje rozpoložení, jaký je můj momentální stav a pomohlo mi to uvědomit si, jak to ted' v tuto chvíli vypadá. Pak jsme dělali třeba i nějaký vztahový věci, tak i jak to vypadá s tím vztahem, takže spíš mi to potvrdilo asi to, co jsem měla v hlavě. Není to tak, že by se tam událo něco zásadního, a na základě toho bych si řekla aha, tak tohleto je špatně a na základě toho bych pak začala měnit něco v reálným životě. Spíš jenom to byl odraz toho, jak to ted' vypadá, jak to je a jenom mně přijde, že mi to potvrdilo to, jak to vidím.

Takže se ty tvoje očekávání jak pro profesní tak osobní život splnily.

Ty očekávání moje vlastně byly naučit se nové techniky, zjistit, co tam bude, a taky si potvrdit, jestli to funguje nebo nefunguje. A to jsem si potvrdila na tom, že i když bylo jakýkoliv zadání toho obrázku a Marijánka to potom nějakým způsobem vedla dál, tak se mi vlastně ukázalo, že i na tom obrázku se ten můj stav nějakým způsobem projevil. Ale nebylo to nic zásadního, že by nějaký aha vhled, že teda to je takhle, ale spíš to potvrdilo ten můj stav, to znamená, že mi to potvrdilo, že to funguje.

Takže když si to představím, tak když jsi začala kreslit, tak už jsi věděla, co tam vkládáš za aktuální stav?

Ne, já si vybavuju jednu konkrétní věc, my jsme měli zadaný téma nějakých pohádkových postav a potom to Marijánka aplikovala na nějaký vztahový věci, a i když to bylo téma úplně odtržený, tak se to tam nějakým způsobem prostě ukázalo, jakože to vznikalo tak, že jsme měli instrukci úplně jinou, takže žádný vztahy nebo tak, to mě vůbec nenapadlo, ale vlastně potom, když to začala Marijánka nějak rozebírat, tak se to tam začalo ukazovat.

Dokážeš třeba vypíchnout, jaký témata se v těch obrázcích potom dohledávaly?

Jako jaký témata se v té skupině vyskytovaly? Asi tam byly nějaký vztahový témata, nějaký témata jako osobní, co se týče problémů v tuhleto chvíli, nějaký problematický věci, možná i nějaký jak vztahy s partnerem, tak s nějakou blízkou osobou, třeba rodičovskou, v podstatě jsme dělali i nějaký sémantický diferenciály, takže tam byly potom i nějaký emoce, vztah emocí ke konkrétním podnětům.

A ten průběh toho tématu, když ho Marijánka zadala, bylo pevný nebo se potom ještě někam posouvalo?

My jsme měli ty bloky tematicky daný, jeden ten blok byly symboly, pohádky nebo já si to přesně nepamatuju, ale bylo to takový spíš zastřešující téma, který se potom tříštilo do různých podskupin, a rozhodně to nebylo nějak ohraničený striktně, myslím si, že potom podle toho, jak se ta skupina vyvíjela, tak jsme se i vydávali po těch různých tématech.

Takže podle toho, co se objevilo, co bylo potřeba, se potom posunulo dál. A jak ses cítila v té skupině? Říkalas, žeš tam cítila bezpečí, že ses nebála přijímat od těch lidí reakce, zdálo se ti, že třeba dost reagovali na sebe navzájem nebo bys to zvládla víc, míň?

Já jsem s touhleto skupinou byla poměrně dost spokojená, i když ze začátku to pro mě bylo trochu těžký, že já jsem myslela, že budeme uzavřená skupina a během těch bloků se ti lidi měnili, takže to pro mě bylo maličko znejišťující, protože jsem měla pocit, že ta první skupina, která jsme se sešla, jako potom ty čtyři bloky budeme trávit společně, ale pak jak se ti lidi měnili, tak jsem se na to nějakým způsobem aklimatizovala a přišli mi fakt docela jako otevřený, nebyl tam nikdo, s kým bych nějak zásadně nesouhlasila, jejich postřehy mi přišly docela trefný, a myslím, že to byla docela pěkně fungující skupina. Ti lidi měli mezi sebou důvěru a nebáli se, takže to fungovalo docela dobře.

A Marijánku ve vztahu k té skupině jsi vnímala jako, že tam plynule splývala nebo to víc řídila, míň řídila?

Já jsem ji tam jako řídící prvek vnímala, ale jako bylo mi to příjemný, protože nebyla nějak výrazně direktivní, ale dodávala tam svoje postřehy, který mi přišly hodně důležitý, na základě toho, že ona má už hodně zkušeností, a pak nám i tu teoretickou základnu nějakým způsobem se snažila zprostředkovat, takže řídící nevím přesně v jakým slova smyslu, zadala téma, nechala nás volně tvořit, takže to nebylo, že by

nám zasahovala přímo do té práce, a potom dávala prostor i na nějaký zpětný vazby nebo nějaký reakce, ale měla jsem pocit, že to tam nějakým způsobem zastřešuje, a že má k tomu potom taky nějaký postřehy, a taky i s tou teorií mi to přišlo takový docela hezky vyrovnaný.

Takže tě tam nic nerušilo, bylo to příjemný.

Ne, ne.

Pamatuješ si na nějakou reakci Marijánky, která tě oslovila, přišla ti důležitá?

Tak mně přišla v podstatě dobrá jakákoli její interpretace těch našich dílek, protože to bylo, já mám pocit, že ona nás nechala mluvit hodně, potom mluvila ona a nějakým způsobem to uchopila a zastřešila, a to mi přišlo vždycky podstatný. Protože v některých těch dílcích, to byly třeba abstrakce, tak jsme mluvili spíš o tom, jak se nám to tvořilo, jak jsme to tvořili, o těch pocitech, ale pak byly už nějaký konkrétní témata, který měly dopad i potom do našeho života a tak. A tyhle ty interpretace mi přišly důležité a významný. Jakože shrnula, co by na tom obrázku mohlo být nebo mluvila s náma, co to pro nás znamená a tak. Takže tyhle ty nějaký výměny názorů mi přišly podstatný. A nejenom se mnou, ale i s těma ostatníma, protože jsem si i na tom uvědomovala, že i ty obrázky těch ostatních lidí, že se tam zase projevují nějaký jejich témata, že to není, že by to bylo třeba jenom moje, ale že i u těch ostatních jsem viděla, že to s nima něco dělá, když o tom Marijánka mluvila, o tom jejich konkrétním díle.

A kdybys to měla shrnout, tak by se dalo říct, že pro tebe byly Marijánčiny intervence přínosnější, důležitější?

Jako pro mě to asi tak je, že tu Marijánku беру jako velmi zkušenou lektorku, která mně je sympatická, takže jsem si těch jejích interpretací všímala víc než těch, nebo jsem jim přikládala větší důraz než těm interpretacím těch ostatních. Takže i když oni se třeba trefili, tak stejně pro mě byla významnější nějakým způsobem ta věc, kterou říkala Marijánka. Že jsem ji vnímala jako autoritu v tuhle chvíli a jakoby člověka, kterej má opravdu velký zkušenosti.

Takže když to shrnu, přínosný bylo obojí, ale té Marijánce coby autoritě jsi možná věnovala větší pozornost.

Jo.

Když bys tu návštěvu ateliérku měla označit za nevšední zážitek, dalo by se to označit za nevšední zážitek? Vybočilo to z řady tvých všedních dnů?

To asi určitě. Bylo to hrozně příjemný, že jsem se tam setkala s lidma z praxe. Takže byl pro mě zážitek i to setkání s těma kolegama, i to, že jsem byla já najednou v roli toho klienta, to mi přišlo taky velmi příjemný, a i způsob práce, způsob vedení, přišlo mi to fakt zajímavý, bavilo mě to, a rozhodně to беру jako nevšední zážitek. Ale bylo to nejenom k té práci, ale i ti lidi v té skupině mi přišli zajímaví, takže i s nima to bylo velmi obohacující se setkat a vyměňovat si zkušenosti.

A čím to bylo, že pro tebe byli zajímaví? Bylo to jenom tím, že byli z oboru nebo byli

i třeba nějak zvláštně nastavení?

Tak já v podstatě, protože jsme neměli až tolik moc času, tak mi přišly zajímavý právě ty jejich postřehy jako z toho oboru, protože já teď, to je takový moje téma, já začínám, nemám těch zkušeností tolik, takže když mám tu možnost setkat se s někým, kdo už je v praxi dýl, tak mi přijde dobrý využít tu chvilku a nějak prodiskutovat, jak vypadala jeho profesní kariéra, nebo s jakýma klientama pracuje, kde pracuje, a tak. A hlavně mně přišli ti lidi i osobnostně docela zajímaví, i když jsem zase neměla tolik moc času. Když jsme měli chvíli, tak jsme se bavili víc o práci.

Bylo něco, co bys na tom procesu malování v ateliérku vypíchla, že to bylo úžasný?
Jako nějakou tu techniku myslíš nebo?

Klidně techniku nebo princip, na kterým je to postavený...
Princip jako tý arteterapie? Já úplně jako....

Co ti přišlo jako důležitý pro to, aby to tak pěkně fungovalo, že se maluje a potom se z toho dá něco vyčíst...

Tak rozhodně si myslím, že velikánskej podíl na tom má ten lektor. Protože právě nějaký to závěrečný promlouvání o tom, jak třeba se nám tvořilo, vlastně i ta motivace z jeho strany je moc důležitá, protože já jsem ze začátku k tomu malování měla takovej despekt, protože nejsem nějak výrazně zručná, a vím, že tam pro mě bylo výrazně důležitý to, že mně Marijánka v podstatě naznačila, že to nemusí být úplně tak, že ten, kdo umí malovat, tak to je ten správněj arteterapeut. Ale že to je spíš v nějakým tom výrazu, že to může být i abstrakce, že to nemusí být úplně konkrétní zachycení reality, takže mě uklidnila tím způsobem, že nejsem jako blbá na to malování a tak. Takže tohleto mi přišlo třeba taky nosný, takže třeba ta její motivace z její strany a potom nějaký to závěrečný rozebírání, kdy se tam to téma ukáže, tak ona na to upozorní, kdyby si toho třeba nikdo z té skupiny nevšimnul, nenechá ho nějakým způsobem zapadnout, takže proto si myslím, že to takhle hezky funguje. Že ten arteterapeut má už nějaký ty zkušenosti a umí toho člověka uklidnit, dát mu ten prostor, aby mohl tvořit a potom, když se na tom obraze to téma ukáže, tak mu pomůže s tou interpretací, jak by to mohlo bejt.

Dokážeš si představit něco, co by se mohlo udělat jinak, aby ti to ještě víc vyhovovalo?
Mně malinko vadilo jediný, a to byla časová dotace. Jakože jsme to nestíhali podle toho časovýho harmonogramu. To bylo asi jediný. Jinak k tomu tvoření, k tomu vztahu terapeuta k nám, bych neřekla vůbec nic. Jenom mám pocit, že to hodně rychle uteklo, že tam byly někdy takový časový prodlevy, který by se daly využít, takže to bylo jediný. Že já jsem taková, že mám ráda, když vím, kdy co začíná, v kolik a tolik bych třeba byla ráda, kdyby se začalo. Takže tohle bylo jediný.

Že ti přišlo, že tam ten čas potom chyběl, když se nerespektoval.
Jako, že tam byl nějakěj časovej harmonogram, podle kterýho se vlastně nejelo, a díky tomu mám pocit, že jsme toho nestihli tolik, kolik bysme mohli.

Tím, že bys toho ráda víc stihla, tím myslíš to víc rozpracovat?

Tak já si myslím, že je toho hodně, i těch technik, velký množství, takže by se dalo zařadit i něco dalšího. Ted'ka si konkrétně taky nevzpomínám, ale když jsme měli téma nějakých těch pohádek a tak, tak si myslím, že by se to dalo ještě víc rozebrat nebo dát tomu víc prostoru a času. Jako nemyslím, že by mi tam chybělo konkrétně nějaký téma nebo nějaký postup nebo přístup, ale spíš se ještě dýl věnovat těm tématům, rozebírat to trošku do větší hloubky, nebo i ta teorie mi přišla velmi od Marijánky přínosná, protože si myslím, že má fakt hodně načteno, takže mi má co předávat, takže klidně bych ho využila i takto teoreticky, že by nám k tomu mohla říct ještě víc.

A jak to máš s výtvarným dílkama, uměním vůbec? Oslovuje tě nějaký umění?

Určitě jako mám ho velmi ráda, ale sama mám pocit, že nejsem, neumím ty věci tak tvořit. Já mám ráda fotografie, mám ráda, i chodím do galerií, mám ráda obrazy, mám ráda i bytové designy, jako když se tak sklouběj ty barevný věci a tak, ale nevím, jestli já úplně to umím vytvářet. Takže v tomhleto je trošičku problém, že bych jako chtěla, ale ještě jsem se možná do toho tolik nepustila. Nevím. Mám díky tomu nějaký respekt, no. Protože si myslím, že to je docela velké kus práce, a že k tomu člověk musí mít nějaký dispozice nebo něco. Takže jako já mám umění ráda, ale nevytvářím nic.

A čím to je, že tě některý umění osloví? Ty jsi jmenovala fotografie, bytové design....

Tak asi mám nějaký svůj vnitřní vkus, co mě sedne a co nesesedne,.. jako podle témat, jako mám ráda nějaká konkrétnější, nebo jsou témata, která mě oslovují víc než ostatní, takže je to asi něco, co mně osobně sedí.

A co se s tebou děje, když ti dílo sedne? Jaký u toho máš pocity?

Tak spíš to se mnou nějak vnitřně rezonuje. Asi to neumím nějak konkrétně popsat, je to tak třeba i s hudbou, není to jenom s tím výtvarným uměním, ale i s tou hudbou, že najednou mám pocit, že se do toho nějakým způsobem ponořím, a že to mnou nějakým způsobem prochází. Takovej těžko popsatelnej pocit, ale něco to se mnou dělá, nevím co, ale rozhodně mě to nenechává chladnou, že bych si stoupla a řekla si dobrý, špatný, nic a nic mi tam nesesedne.

A co to je, co v tobě toto vyvolá? Mluvilas o nějakých tématech, je to třeba i o barvách, tvarech....?

Tak asi ty barvy v tom taky hrajou velkou roli. Ted' úplně nevím, jestli to je otázka úplně i těch tvarů, je pravda, že nemám úplně ráda třeba ostrý hrany, ale spíš jestli konkrétně spíš barvy nebo tvary, tak asi spíš ty barvy mě nějakým způsobem oslovují. Pak sekundárně ty tvary. Jako tak mělo by to být i barevně i tvarově ideální, ale kdyby to byly buď barvy nebo tvary, tak ty barvy bych asi vybrala nebo dala na to první místo. A pak asi i ty témata jako, třeba kdybych měla konkrétně tu fotografii, tak to, co tam je zobrazený.

A když se podíváš na nějaký svůj výtvar, tak to s tebou udělá co?

Tak třeba ty abstraktní, s těma jsem celkem spokojená, to mi přijde jakože dobrý,

ale není to tak, že bych se na to podívala a byla z toho unešená, tohle to se mnou nedělá, ale řeknu si jakože docela dobrý, ale jako ty konkrétní, když jsme měli malovat něco konkrétního, tak to se mi moc nelíbí. To mi nejde a nejsem s tím nějak spokojená.

Tam máš pocit, že tě ta technická zručnost zrazuje. A kromě té nespokojenosti se ti tam objevují ještě nějaký jiný pocity?

Tak jako jsem i našťvaná, že mi to nejde tak, jak bych chtěla, no, ale většinou se to potom tak jako obrousí, a skončí to u toho, že to je teda můj obrázek, tak to tak holt je jako. Kdybych měla říct nějaký pocity, tak bych musela mít nějakéj konkrétní na mysli, a ten se mi teď nevybavuje.

Já už jsem se tě ptala tak trošku, co sis z toho odnesla, a tys říkala, že sis odnesla pár věcí pro svou práci s klienty, je něco, co sis odnesla sama pro sebe jako pro osobu, pro Zuzku?

Tak jako přijde mi, že jsem se v tom malování jako trošičku uvolnila, že to bylo jako pozitivní pro mě, že jsem si trošku víc začala, jako nemyslím tím, věřit, ale že jsem se tak trochu osvobodila od nějakých těch klíšé, že to by mělo být takhle a takhle a myslím, že mě to tak i oslovilo, že mě to malování třeba někdy začne i bavit, že to je takový fajn, a že bych třeba sama začala něco vytvářet, nevím. To jsem si tak možná do budoucna odnesla, ale jako mě samotnou to jako překvapilo, jak hezky to funguje, že tam ty témata nějak byly jako, tak to jsem si odnesla i pro sebe, že mi to přišlo hodně zajímavý, že to není asi jenom někde vycucaný z prstu, takže to byl nějakéj konkrétní důkaz, já jsem asi taková, že potřebuju nějaký ty důkazy, že to bylo takový, že mě to překvapilo hodně příjemně a zas mě to trošku nasměrovalo tím, že by to třeba mělo význam do budoucna třeba. Ještě další věc, kterou si teď vybavím je, že ta Marijánka si spoustu těch technik připravila sama, že říkala že tam ty pohádky, ty imaginace, že to využila nebo udělala sama, a tak mně to přišlo hrozně inspirativní v tom, že je dobrý být kreativní a tvořivej, že to vlastně jakoby se dá najít i kolem nás, že se prostě může použít na nějakou techniku prostě prostředků, který by tě třeba normálně nenapadly, ale jenom je potřeba to víc dohledávat, takže mě i tak trošičku nakopla k tomu, že je dobrý se dívat kolem, zkoušet využívat i dalších různých prostředků nových k tomu, trošku to rozvinout, jakože si s tím pohrát, ...

Být kreativnější.

Mě to hrozně překvapilo, třeba ty pohádky, nebo jak Marijánka říkala, že si vymejší různý imaginace, třeba tam byl ten Jeníček s Mařenkou, a tam byla nějaká imaginace o tom, jak jsou spolu a to se v tom ty vztahy začaly ukazovat a byla taky nějaká inovace a bylo to hrozně hezký, že takováhle pohádka a jak toho člověka může oslovit a opět se tam může ukázat to téma. Takže vlastně hledat kolem a využívat možnosti, který nám to okolí dává právě na nějaký arteterapeutický techniky třeba.

Takže by se dalo třeba říct, že tě Marijánka navnadila, abys sama byla kreativní? Ano, smích, je to tak.

Na závěr se tě ještě zeptám, ptala jsem se tě na spoustu věcí, ale možná jsem se nezeptala na něco důležitýho, co tě zaujalo?

Asi si nevybavím nic moc, protože jsme to vzali tak jako detailně některý ty témata, přišlo mi i hrozně fajn, že to bylo prokládaný tou teorií, že to nebyla jen praxe, a že tu teorii Marijánka říká tak jako pochopitelně. Já mám pocit, že má teoretickou základnu hodně širokou, ale že je schopná to předat dál bez těch šíleností kolem. Tak, že to člověk je schopnej nějakým způsobem pochopit.

V čem ti přišla ta teoretická základna dobrá?

Asi jako pro mě osobně, protože si myslím, že já si to jako vždycky ráda podložím tou teorií, že ta praxe je fajn, ale já jsem si jistější, když mám pevnou půdu pod nohama prostřednictvím té teorie, takže proto mi to přišlo tak dobrý, a i rozdělovala různý terapeutický směry, jak chápou tu kresbu nebo různý témata, i tohleto mi přišlo přínosný, protože to jsou věci, který já třeba nějak teoreticky znám, ale ještě jsem o tom nepřemejšlela v těchhle souvislostech, takže i tohle. Že Marijánka mluvila o spoustě věcí, ale jakoby v jiným kontextu než jsem to doteďka znala, takže mi to najednou začalo zapadat i do jinejch skládaček, souvislostí, a to mi přišlo dobrý.

Říkají ti něco pojmy arteterapie, artefiletika? Vybavují se ti k tomu třeba nějaký pocity?

Jako to, co mě k tomu napadá, tak mně přijde arteterapie už nějakým způsobem práce s problematickým tématem jednotlivýho klienta, a ta artefiletika teda s tím jsem se setkala poprvé u Marijánky a jestli si to dobře pamatuju, tak Marijánka tam hodně mluví o tý fenomenologii a tak, takže by ta artefiletika podle mýho měla bejt vlastně práce klidně i se zdravým klientem, a jenom nějaký směřování, třeba do budoucna nějaký cíle, smysl, existence, smysl života. A v tomhleto vidím ten rozdíl.

A jak ti to zní? Je ti to příjemný?

Jo, je mi to příjemný. Je to každý trošičku jiný. A mě ta artefiletika docela zaujala, přijde mi to hodně složitý v té teorii, jak Marijánka hodně mluvila o tom, jak různí autoři a tak mi to přijde hodně složitý na pochopení, nevím. Jako teď úplně nevím, jak bych to vyjádřila. Jestli je rozdíl třeba v tom, že ta artefiletika nepracuje s problémama, ale je to nějaká disciplína, která pracuje na nějakým smyslu bytí, což je mi hodně sympatický, protože si myslím, že v týhle době je to velký téma. A tu arteterapii vnímám jako doplněk léčebnýho procesu. Ale pocitově to neumím vyjádřit, jako jestli je to pozitivní nebo negativní. Ta artefiletika je nějaká vzletná, mám z toho ten pocit, jak je v tom ten záměr to směřování do budoucna, je mi to blízky tématem. Zase ta arteterapie se dá využít v tý praxi velmi dobře. Stačí to takhle?

Pan L.

Dg.: Smíšená porucha osobnosti

Věk: 27

Vzdělání: SŠ

Artefiletika: o.s. Baobab Praha

Kde jsi se s malováním setkal poprvé a kdy to bylo?
Bylo to zhruba před třemi lety v Praze.

A bylo to s Marijánkou?

S Marijánkou v její arteterapeutické dílně v Baobabu a bylo to určené pro nějaké její klienty a my jsme tam chodili ještě dva nebo tři z psychologie.

Takžes tam byl na stáži?
To bylo pro nás za odměnu, kteří jsme pro ni dělali nějakou spolupráci na výzkumu.

Takže přes školu. Říkals, žes tam byl zhruba desetkrát.
Jo, já si myslím, že to bylo asi desetkrát.

Takže to už je tři roky zpátky, od té doby už jsi nebyl malovat?
Jenom v tom Brně, když jsem ti říkal, jinak ne.

Takže od té Prahy a toho Brna už jsi nemaloval?
Už nic.

A plánuješ ještě třeba někdy jít malovat nebo už stačilo?
No, neplánuju nic takového.

Když jsi šel malovat poprvé, říkals, že jsi to dostal za odměnu, chtěl jsi tam jít nebo to vnímal, žes tam byl odeslán?
Já jsem tam šel docela rád bez toho, že by mi to nějak vnucovala. Bylo to zadarmo.

Říkáš, šel jsem tam rád, mělš nějakou představu o tom, do čeho jdeš?
Čekal jsem, že tam budeme něco hlavně malovat, a potom to budeme nějak společně komentovat a nějak rozebírat to, co jsme nakreslili tím, jak se to vztahuje k nám nebo k té skupině, a že se něco dozvím o sobě, no.

Jo, takže ses těšil, že se prostřednictvím těch obrázků dozvíš něco o sobě.
Jo, no.

A splnilo se to tvoje očekávání?
Myslím, že nesplnilo.

Nesplnilo? V čem?

Jako neměl jsem ten pocit, že bych se o sobě dozvěděl něco nového, spíše jsem si potvrdil takové ty negativní stránky, které se tam vyskytovaly, a často, ve většině těch

interpretací jsem nesouhlasil často s tou Marijánkou nebo i s ostatními členy. Měl jsem pocit, že se nějak netrefují.

Takže tys očekával od toho, že ti to přinese nějaký sebepoznání, který bude taky trochu pozitivní?

Jo, myslím, že jo. Taky jsem očekával, že se něco naučím, jako třeba případně do budoucí praxe nebo..

Jo, a zároveň tě teda překvapilo, že jsi s nimi nesouhlasil, že bys čekal, že tam budou vidět to stejné co ty? A oni viděli něco jiného?

Jo, já myslím, že se to tak dá říct, no.

Anebo, že třeba viděli ne úplně příjemný věci, kterys třeba nechtěl vidět, nebo na kterys nebyl připravenej?

To si myslím, že ne. Myslím si, a to se u mě objevovalo vždy, i v ostatních terapiích, že když jsem naznačil některý svůj problém, tak se ho snažili interpretovat psychologicky, možná možné příčiny, jak se ty problémy můžou vyskytnout v nějaké interpersonální komunikaci. Tak to byl jeden problém, a druhý problém byl, že třeba v osobnostních charakteristikách se ostatní nestrefovali nebo neinterpretovali to tak, jak bych si myslel osobně, že na tom su nějak.

Trošku mi tam zaznívalo, žeš měl pocit, že tě sunou do nějaké škatulky, jak ty ses necejtil? Tak nějak?

Jo, vysuzovali z toho jiné charakteristiky, než si myslím, že které mám, no.

A byl bys třeba schopnej a ochotnej si na nějakou, se kterou jsi nesouhlasil, vzpomenout?

No, ochotnej jo, určitě.

V klidu, máme času dost.

To nebyly jenom moje charakteristiky, ale i opačně, že já jsem viděl u ostatních něco jiného než ostatní interpretovali potom a jako to už je zas něco jiného. No, a moje charakteristiky, že nemůžu rozumět ostatním, že nemůžu rozumět člověku, nemám vhled ani do sebe, ani sám na sebe, natož abych měl vhled do ostatních.

Tohle ti jako bylo řečeno.

Tak nějak, že se na tom shodli ti ostatní, ani nevím, kdo konkrétně to řekl. Potom třeba, že mám určitou v sobě, to mi řekla třeba Marijánka, tvořivou energii, že jsem otevřený světu, spíš pozitivně naladěný, což mi řekla v době, kdy jsem si zdaleka nemyslel, že bych se z mých problémů psychických, co jsem měl, mohl vůbec dostat. To mi řekla na základě jedné kresby nebo nějaké skládky z papíru, nebo co jsme to měli, že tam byly nějaké dvě hranice nebo co, že je to dobré, ty hranice, takové hledání, otevřenost, nebo něco takového. Taky nevím, jak na to přišla.

A když ti to řekla v době, kdy tys třeba ani netušil, že to v sobě máš, tak tě to potěšilo, že třeba máš nějaký pozitivní potenciál, nebo sis říkal kecá, snaží se mě uchlácholit?

Nevěděl jsem, byl jsem spíš zmatený z toho. Ale řadil jsem si to celkově do toho celkového kontextu jakéhosi nepochopení.

Na mě to, cos řekl, působí tak, že vlastně teda nejenom, žes cítil, že ostatní nepochopili tebe, ale taky, že ty jsi nerozuměl jim, jejich obrázkům? Že to bylo obousměrné? *Jo, já myslím, že to bylo obousměrné. A potom se do toho i v určité míře vkrádala i odborná stránka, odborná stránka interpretací, které vycházely z nějaké asi spíš než klinické praxe, z nějaké teorie, teoretických východisek, mých, ostatních členů terapie i Marijánky. S tím jsem často taky nesouhlasil jako.*

Snažím se to pochopit, je to tak, že třeba, když ona se snažila to nějak teoreticky zarámovat, že ti to taky přišlo, že to tam nesedí?

No.

A to je třeba ten důvod, proč by tě to malování znovu nelákalo?

Já jsem možná ani neřekl, že by mě nelákalo, ale že si nemyslím, že bych to ještě někdy absolvoval. Ale možná by mě to lákalo v tom smyslu, že bych se zase mohl snažit dozvědět něco o tom vnímání sebe sama a ostatních a o té interakci. To jsem čekal i původně. Bez toho, abych si teď myslel, že mi to může dát něco, co mi to nemůže dát jako. Bez toho, abych čekal, nevěřím tomu, že by mohlo dojít k nějaké všeobecné shodě mezi náma třeba v nějaké skupině v budoucnu. A já jsem čekal, že k něčemu takovému dojdeme, no. Je to totiž metoda hodně taková volná a tam neexistují téměř žádné pravidla pro nějakou interpretaci nebo měl jsem alepsoň takovej pocit, no. Ted' už bych to asi vzal na vědomí, tady to.

Aha, takže tys očekával, že by se měli všichni shodnout, a když se tak nestalo, tak to vedlo ke tvému rozčarování. A kdybys to neočekával, tak bys do toho ještě šel?

Jo, šel bych do toho i ted', když bych věděl, že se neshodneme. Ale tam to nebylo i předtím, že bych očekával, že se shodneme na všem. Ale že to bude celkově takové realističtější a pragmatictější ten přístup a vůbec ten proces.

Jo, že to pro tebe bylo moc neuchopitelný, intuitivní dejme tomu.

Jo.

Že by ti víc vyhovovalo, kdyby to mělo nějaký jasnější pravidla a líp jsi to nějak chytil na základě nějakých principů?

Bylo to takové dost nepřehledné.

Navzdory tomu, že to bylo takový dejme tomu intuitivní, bylo něco, co sis z toho pro sebe odnesl?

V tom, že mám v sobě nějakou tvořivost, že mám nějaký tvořivý potenciál v sobě.

Na to sis tam přišel?
Na to jsem si nepřišel, to mi řekla právě ta Marijánka. To je asi všechno z těch zisků.

A teď s odstupem času, souhlasíš s tím, co ti řekla Marijanka, že máš v sobě nějaký tvořivý potenciál nebo si říkáš může být, nemusí?

No, přijde mi to tak, jak říkáš, může být, nemusí, pořádně nevím, jak bych ohodnotil nějakou svoji tvořivost, nakolik jsem tvořivý nebo v jakém směru oproti ostatním. Já když o něčem přemýšlím, nebo když tvořím, tak se snažím především držet nějakých faktů nebo poznatků spíš než bych tvořil nějak intuitivně, no, v tom běžném slova smyslu.

Takže i k tomu procesu malování v ateliéru, tak k tomu přistupoval z hlediska faktů, jak si to můžu představit? Jak to probíhalo, když jsi měl něco namalovat?

Třeba podle vzhledu nebo podle chování to i částečně dost intuitivně si udělám nějaký obrázek o těch lidech, který se mi docela i jako potvrzoval v průběhu té terapie, ale potom když jsem měl interpretovat třeba nějaký ten výtvar, nějaký ten obrázek, nebo třeba nějaký model z plastelíny nebo z čeho jsme to dělali, tak buď jsem to vztahoval přímo k té osobnosti, kterou jsem si vytvořil už předem, anebo jsem se snažil v sobě vypátrat nějaké možné, nějaká pravidla nebo logické principy, nějaké poznatky a podle nich seskládat znovu ten obrázek. Ale ten obrázek sám o sobě jsem nedokázal přímo nějak intuitivně pojmut, jako že by ten obrázek sám o sobě na mě nějak zvlášť zapůsobil, nějak konkrétně.

Ty mluvíš o tom, že když ses na ten obrázek podíval, žeš ho k sobě nepustil v tom smyslu jako nechat na sebe působit nějaký pocit, ale že ses snažil rozanalyzovat jeho komponenty?

Myslím, že jo. A pokud tam byla intuice, tak ve vztahu osobnosti k tomu obrázku, kterej jsem se dál snažil analyzovat. Ale sám ten obrázek, sám o sobě jsem ho asi k sobě nepřipustil, aby na mě nějak zapůsobil. Nevěděl jsem, co o tom obrázku říct.

Jo, tak to jsme mluvili o tom, jak jsi to měl s dílami ostatních, když jsi na ně měl reagovat. A jak to bylo s tvými dílami, jak se ti tvořilo?

Mně se tvořilo velmi snadno.

A cítil ses u toho dobře?
Když jsem tvořil, tak jo.

Že to bylo spontánní?
Jo, bylo to spontánní, nemusel jsem moc přemýšlet, vždycky jsem měl nápad rychle nějaký.

A když jsi dotvořil a pak ses na to dílo díval, tak to bylo jaký?

No, většinou jsem cítil uspokojení z toho nápadu, který jsem měl, možná i z té realizace, pokud beru v potaz, že nejsem, že nekreslím pěkně, že nejsem zručný. A taky jsem byl rád, si pamatuju, když tam měla třeba jedna holka hodně podobný obrázek nebo v podstatě naprosto stejný princip v tom obrázku jako já, jenom to měla třeba daleko hezčeji nakreslené, trochu jinak. Ale že měla stejnou úvahu a obsažený stejný princip třeba.

Takže to tě potěšilo, že někdo to má stejně jako ty?
Jo, potěšilo.

To byla taková spřízněnost?
Jo.

Tak v tu chvíli jste si s tou holkou v tom rozuměli. Jak jsi mluvil o tom nepochopení, tak byly tam nějaký chvílky, kdy jsi měl přece jen pocit, že se s těma druhýma chápeš?
Byly, no. Hlavně tady s tou holkou, kterou jsem měl na mysli teď. Třeba, když jsme měli nakreslit jeden obrázek, teď už nevím, čeho se týkal, co bylo zadání, ale měli jsme nakreslit nějaký vývoj nebo budoucnost, tak jsme intuitivně měli stejný nápad a pak jsme nějak říkali, že těžko by nás napadlo nakreslit to o něčem jiném.

A co jsi nakreslil? Vzpomeneš si ještě?
Jako obojí to bylo nějaké symbolické spojení muže a ženy. Oba dva jsme se drželi za ruce a měli jsme je zvedlé ty ruce a oba dva jsme tam měli nakresleno něco jako je naše planeta a jak se ta planeta vyvíjí. Ona to měla nakreslené ještě hezčeji v tom, že tam měla nakreslený i nějaký květ jako u té planety. Že nějak pučí. A já už si nepamatuju přesně, jak jsem měl tu planetu nakreslenou já sám totiž. Ale že i ten princip i to ztvárnění bylo skoro stejný.

Asi to bylo důležitý, že jste šáhli po stejným tématu.
Mě to určitě potěšilo. Ti ostatní tam měli nějaké pro mě nelogické, útržkovité ztvárnění něčeho, už nevím čeho, ale že toto mi připadalo takové rozumné. Prostě vývoj musí být muž a žena, a nějaké sepětí, a nějaké pochopení, nějaká společná snaha, a symbol té planety. Všechno dohromady se mi to tak jako líbilo. Ty ostatní jsem nechápal tak nějak ty obrázky.

Jo, takže jestli jsem to správně pochopila, tak to, co ti bylo bližší, jsi líp pochopil, bylo ti to čitelnější, bližší než to, co vycházelo z jinýho základu? Ty ti nebyly tak čitelný a příjemný?
Jo, asi jo. Myslím, že mě ani tolik myšlenkově ani emočně nezaujaly.

Jo, a když jsi do toho ateliérku šel s představou, že by sis něco rád odnesl, udělal jsi pro to něco, bylo k tomu od tebe něco potřeba?
Snažil jsem se být trpělivý, bez předsudků, nepředsudečný, snažit se každý ten tvořivý proces zahájit bez předsudků vůči ostatním, hlavně potom tu analýzu, ale to mi moc nešlo.

Bez předsudků znamená?
Bez nějakého škatulkování předešlého.

Takže jako otevřít se všemu, co přijde, netřídit to nějak předem.
Což si nemyslím, že je dobrá strategie obecně, ale protože mně bylo asi něco takového řečeno a naznačeno, tak jsem se o to snažil.

Jakože ti bylo naznačeno, že škatulkuješ, a že bys to nemusel dělat?

Jo.

A když neškatulkoval, jaký to bylo při tom nebo když ses o to snažil?

Myslím, že to moc nešlo. Že jsem stejně potom nic nezjišťoval.

Hm, a když se malovalo na zadaný téma, každý si tam nacházel svoje témata. Dokázal bys vypíchnout, jaký témata se tam opakovala častěji?

Jejich osobnostní charakteristiky přenášeli do různých situací.

Jakože přes ty dílka jsi byl schopen odhadnout, jací ti lidi jsou?

Jo, já si myslím, že se to snažili i vědomě dávat najevo právě. Většinou se do toho nutně stylizovali nějak.

Tak, že to dělali vědomě, že si řekli, že jsem veselá, tak musím nakreslit to a to, nebo že to bylo spontánní, že to tak jako vytrysklo?

Myslím si, že tam byla velká část, kterou se snažili stylizovat a velká část, která zůstávala taková, jak jsem je viděl hned na počátku.

To skoro znělo jako bys jim to úplně nevěřil.

Ano. To už je právě ta teorie, už ta škatulka, které jsem se nezbavil, ale nemyslím si, že je to vhodné se toho zbavovat.

A kdyby ses toho zbavil, tak by to znamenalo co? Proč by to nebylo vhodné?

Pokud se některý člověk chová určitým způsobem, si myslím, že to hodně odráží o něm samým, pokud to nekonvenuje nějak s tím, co se snaží nakreslit, tak já nemůžu abstrahovat od toho jeho chování, od toho obrazu, na základě toho chování, který si o něm udělám. No, a pak interpretovat jenom jakoby sám o sobě ten výtvar, ten obrázek...

Jakoby ti to přišlo vytržený z kontextu?

Jo.

Ty témata, se kterými se tam pracovalo, ty byly pevně daný nebo jaks je vnímal? Nebo se tam nějak rodily nebo upravovaly během toho procesu?

Já myslím, že obojí, že buď jsme dostali nějaké téma, které bylo spíš takové vágní, které jsme si mohli dotvořit nejrozličnějším způsobem jako to téma, a jako každý sám za sebe, a některá témata byla taková, že jsme si je upravovali navzájem jako po řadě, že to kolovalo mezi námi a upravovali jsme to. Ale většinou to byly takové témata, které jsme tvořili sami.

Byla ta návštěva ateliéru pro tebe nějak významná nebo zapadla?

Myslím, že byla celkem významná, ale i v průběhu jsem neměl příliš velké potěšení tam chodit, protože jsem měl to očekávání, že se nebudeme shodovat, že se budeme přít.

Takže to nebylo příjemný, ale stejně to něco přineslo.

Jo.

V čem byl ten přínos?
Důležité to bylo v tom, že jsem si v některých oblastech uvědomil to, jak vnímám některé věci já, jak je vnímají ostatní. Proč je tak vnímají, jak to souvisí s jejich osobností nějak. I přestože jsme se tak mnohdy lišili. No.

Takže přeneseně by se dalo říct, že můžeš být s těma ostatníma v kontaktu, i když nejste stejní a nepřemýšlíte stejně?

No, myslím, že tento pozitivní efekt to nemělo. Že jsem si spíš uvědomil tu odlišnost bez toho, abysme mohli tak nějak komunikovat.

Takže tě to jakoby ještě víc od nich oddělilo?

Já myslím, že to zůstalo na stejné úrovni. Ani nesblížilo ani nějak dál neoddálilo.

Ale důležitý tam bylo to uvědomění, že každý to vnímá jinak. A zároveň předtím jsi mluvil o těch předsudcích, že někdy je dobrý je odložit a někdy zase říkáš, že je dobrý si je ponechat.

No, škatulky, předsudky, to jsou ty informace, určitý obraz, který si tvořím na základě předešlých informací, ať už třeba z psychologické teorie nebo dál třeba z toho, jak se na místě chovají ti lidi. A nakolik jsou správné nebo ne, to už jde potom těžko říct, ale taky si myslím, že je těžké od nich nějak odhlédnout nebo jestli je to správné nebo ne, nakolik v jaké situaci. A rozhodně není správné od nich úplně odstoupit. Pokud nejde vyloženě jenom o nějaký experiment, kdy si myslím, že bysme se moc nedozvěděli, protože by byl stejně falešný, nějaký nepravdivý.

Tak ještě když se vrátím k tomu ateliéru, vy jste tam fungovali jako skupina, zdálo se ti, že funguje dobře? Že na sebe lidi reagují nebo jak ses tam s těma ostatníma cítil?

Myslím si, že nefungovala dobře. Já říkám, cítil jsem se tam poměrně výrazně v nepohodě.

A ta nepohoda byla způsobená tím vzájemným nepochopením nebo tam bylo ještě něco jinýho?

Byly to osobnostní charakteristiky některých účastníků. Byla tam třeba jedna docela nepříjemná holka, se kterou bylo téměř nemožné se o něčem racionálně bavit, rozumně, která interpretovala něco i na základě nějaké teorie, kterou uvedla způsobem, který se mi nezdál správný.

Dokážeš si teda představit fiktivní situaci, že bys byl ve skupině s jinýma lidma, se kterýma by sis sedl a fungovalo to líp?

No, to bych si dokázal představit, ale myslím si, že v jakékoliv skupině bych asi měl potíže. Protože se snažím uvažovat na základě nějakých platných teorií, třeba psychologických, které existují.

Vnímal jsi to, že byla aktivnější skupina, nebo že do toho víc zasahovala Marijánka, nebo že to tak nějak plynulo, že kdo potřeboval, si vzal slovo?

Myslím, že nejvíc to řídila Marijánka, no.

A vyhovovalo ti to tak?

Myslím, že toto mně asi vyhovovalo.

A když se ještě vrátíme k nějakým přínosům, ty jsi už zmiňoval nějaký věci, bylo by třeba něco, co sis odnesl od někoho ze skupiny? Někaká reakce na tebe nebo tvoje dílo?

No, to toho bylo víc, takových reakcí, které si pamatuju. Třeba když mi řekla jedna ta holka, ta , co jsem říkal, že byla nepříjemná, že jsem jenom nějaký psychologický teoretik, tak jsem potom uvedl, že mám taky psychické problémy, pak se začala chovat jinak, úplně hned se postavila do té své role odborníka, který mně může pomoci, který je tam snad od toho, aby nabídl nějakou krizovou intervenci, měl jsem takovej pocit. A nemohl jsem ji vnímat nějak zvlášť vážně jako tu holku. Protože jsem k ní neměl dobrý postoj.

Byl to spíš příjemnej nebo nepříjemnej zážitek?

Já bych řekl takový mírně nepříjemný spíš. To stejné bylo třeba i s Marijánkou, která naznačovala, že můžu být tvořivý, pozitivní a tak podobně, a celkově, jakýsi dojem, že nemůžu ostatní pochopit nebo případně nějakého svého klienta, nemůžu pochopit jeho problémy, protože já žádné problémy nemám, a jenom uvažuju nějak teoreticky, z povzdálí, jako bych já neměl nějaké žádné úzkosti, jiné psychické problémy nebo ..

A to ti naznačovala, že takto tě vnímá Marijánka?

To mně naznačovala, že mě tak spíš celá skupina vnímá, no. Nějak nerealisticky.

A ty se teda vidíš jak?

Co myslíš?

Tak dali ti nějakou zpětnou vazbu, nebo Marijánka ti něco řekla, asi si o tom něco myslíš, nebo něco cítíš?

Cítil jsem jakousi bezmoc v tom, že subjektivně vnímám, že jsem měl velké problémy, a to bylo i v jiných situacích, které se odrážely, to byl taky jeden poznatek, že mnohdy jsem na ostatní působil jako celkem v pohodě aniž bych se o to nějak snažil.

Že možná oni viděli něco jiného než co ty jsi vevnitř cítil.

Ano.

Ještě k těm reakcím, bylo jich víc, od Marijánky, od skupiny, byly pro tebe třeba důležitější ty Marijánčiny nebo od skupiny nebo stejně?

No, myslím, že spíš byly důležitější ty Marijánčiny.

V čem to bylo?

Hm, v tom, že je to ta vedoucí, je to psycholožka.

Jako autoritu, určitou autoritu, která to, co řekne, bych spíš předpokládal, že bude platnější a přílehavější než to, co řeknou ti ostatní.

A třeba dá se říct, že i třeba věci, který ti nebyly příjemný, že třeba i v některých měla pravdu?

Já myslím, že i tak jo, no. Ale právě nemohla mět pravdu úplnou v ničem, protože mě celkově vnímala jinak, než jak jsem se vnímal já sám, v tom kontextu.

Jakože tě vnímala, že nemáš žádný problém a držíš si odstup? *Jakože nemám žádný problém, jakože jsem někdo, kdo si hraje na nějakého experta z katedry psychologie.*

A ty, když ses na to podíval zpětně, dokázal bys vysledovat, z čeho tak mohla usoudit? Přemýšlel jsi o tom takhle?

No, myslím, že ano, myslím, že z toho, že když se snažím argumentovat, tak se zaobírám hlavně teoretickými poznatky psychologie nebo i psychiatrie.

Takže jakoby dokážeš pochopit, proč ona si to myslela, i když to vnímáš jinak?
To dokážu pochopit.

Tak jak to probíhalo celý ten malovací proces, považoval bys něco z toho jako výrazněji přínosnější než to ostatní?

Asi nejprínosnější takové ty techniky, kterými se snažíme posoudit ty ostatní. Ať už vědomě nebo třeba úkolem, který se projeví jenom v té tvorbě. Ať už to třeba, když jsme společně, třeba si pamatuju techniku, kdy jsme dostali kouli plastelíny svoji a měli jsme to nechat kolovat a si to každý přetvořil nějak k tomu obrazu, aby nám to sedlo. K té naší osobnosti.

Tak bylo to takové uvolnění, bylo to zábavné, bez nějakých přímých slovních interpretací a argumentů, pří. To tam byl problém, když už se to začalo interpretovat jako potom.

No, ten neslovní proces tvorby mi přišel zábavnější, tvořivější, i víc vypovídající než potom nějaké slovní interpretace.

Takže by ti třeba úplně stačilo, kdyby zůstalo u toho procesu a nepotřeboval bys tam to mluvení o tom?

No, pokud se bavím konkrétně o té terapii, kde jsem byl, tak asi ano, protože když jsme něco potom slovně diskutovali, tak jsem často hodně nesouhlasil a skutečně jsme se přeli, docházelo k nějakým nedorozuměním. Což si nemyslím, že by bylo dáno tím, že bych nebyl schopen unést nějakou argumentaci, nebo že bych nechtěl nějak argumentovat nebo bavit se o něčem. Tam je takové hodně rozdílné východisko totiž v této terapii, a které se pak hodně často vyskytovalo v těch našich přích, že arteterapeut je hodně jakoby umělec v mnohém, hodně zaměřený na nějaký proces, a já jsem zaměřený tak, že v první řadě za výtvořem bych viděl mozek. Jak funguje jeho mozek. To je potom takové hodně neslučitelné. To byl největší problém, ale byl tam i další problém v konkrétních interpretacích, které vycházely z nějaké teorie, že ani tak jsem mnohdy nesouhlasil. I když ta teorie byla čistě psychologická, často byla nějak nevhodně použita, alespoň podle mě. V tom je skutečně se mnou někdy diskuse těžká, v tomto. Je pravda, že nejen od té doby, ale potom i s psycholožkou, ale tam jsem to mohl začít poznávat, a to jsem asi začal poznávat, že nějaká diskuse se mnou, pokud má být přijatelná i pro ostatní, tak často musí být taková trochu vágnější.

Jakože když se dostanete ke konkrétním věcem, tak narazíte?

No, nejen tak, ale že hodně lidí je nastavených spíš na nějakou takovou přirozenou, laickou, lidskou diskusi, interpretaci. Vycházející třeba z bezprostředních pocitů nebo vnímání okolí než z nějakých teoretických východisek.

Takže někdy je těžší se v té diskusi potkat a porozumět si. Bylo by teda něco, co by sis přál, aby v tom ateliéru bylo jinak, aby ti to víc vyhovovalo?

Asi kdyby se tam zavedlo nějaké konkrétnější, validnější, psychometrické hledisko hodnocení.

A to by sis představoval jak?
Třeba že bysme si udělali arteterapeutickou nebo artefietickou techniku, nevím, jaké je mezi tím rozdíl, tak zhodnotili se, a pak si udělali třeba osobnostní test, pokud možno. A pak bysme to mohli porovnávat různě a diskutovat o tom.

A v čem bys viděl ten hlavní přínos toho, kdyby se to takto dělalo?

No, v tom, že bych, já třeba mluvím za sebe, tak v tom třeba vidím nějaké argumenty pro sebe, a když třeba řeknu, že se necítím psychicky dobře, že nejsem tak odtahitý a tak celkem v pohodě, a tak arogantní, tak jenom teoreticky zaměřený na vnímání toho okolí, že když by mě ostatní vykreslili takto a potom bych jim ukázal třeba svůj graf nad dotazníkem, třeba nad MMPI, kde bude deprese hodně vysoká, kde bude hypománie taky hodně nízko a tak podobně, no tak a řekl bych jim, že jsem ten test vyplňoval skutečně jako pravdivě nějak, tak že by se spíš pak dokázali bavit o nás jako pravdivěji vykreslených osobnostech, lidech.

Jako žeš měl pocit, že oni ti to z těch obrázků nevěřili, že bys potřeboval další argument?

Jakoby nevěřili a jakoby mnohdy asi moje obrázky nemusí odpovídat nějaké takové patologii nebo takové sklíčenosti nebo problémům, které mám, alespoň některé typy obrázků.

Takže nepřišlo ti, že by byly tím úplně nejlepším médiem, přes který bys to ty dokázal ukázat.

Asi mnohdy ano.

A vnímals to, že ty obrázky v tomhle selhávaly díky čemu?

No, to bych dokázal říct asi velmi těžce. Pokud bych měl zadaný obrázek, kde bych měl nakreslit třeba depresi nebo tak, tak by byly určitě hodně sklíčující, podle toho, jak to cítím nebo tak, ale pokud jsem měl vytvořit nějaké výtvořky s tématem třeba původně neutrálním, tak asi jsem nějakou svou stinnou stránku svého života nezobrazoval nebo jsem asi hodně abstrahoval od sebe v tom tématu.

Takže tys tam vlastně sebe do toho obrázku až tak úplně nevložil.

No, já si to asi takto interpretuju.

A oni to teda potom nemohli vyčíst. Tak tady vzniklo to nedorozumění.

Jak to máš ty s uměním vůbec, sochama, obrazama, výtvarnými galeriemi a tak?

Nezajímám se o takové věci, nechodím na výstavy, nerozumím tomu.

Nerozumíš tomu. To znamená, že po odborné stránce tě třeba nezajímají techniky nebo historie malířství. A když třeba vidíš obraz, tak to s tebou něco udělá nebo je to pro tebe španělská vesnice?

Myslím, že po odborné stránce to je španělská vesnice, a když uvidím nějaký specifický obraz, tak na mě dokáže zapůsobit jako velice silně. A dokážu mít požitek z určitého typu obrazu.

A je to nějaký konkrétní typ obrazů nebo dokázal bys popsat, proč zrovna ten obraz a ne jiný tě osloví?

Já se v tom moc nevyznám, já těch malířů moc neznám, ani těch děl, tak třeba spíš, když vidím v televizi, hodně se mi líbily třeba krajinomalby od autorů, jejichž jména si pořádně ani nepamatuju, nějakí ti Holanďané, kdo tam byl, ten Rembrandt, někteří Rusové, kteří začínali tvořit krajinomalby s pořádnou perspektivou. A vím, že nádherně na mě působily takové ty hluboké trojrozměrné obrazy, ty krajiny plné zelené barvy, jakoby tam byla skutečně obrovská plocha té krajiny v tom malém obdélníku. A nádherně to na mě působilo takovou uvolněností, životem, nějakou nostalgií, když jsem si představil, jak staré to je, když jsem si představil toho malíře, jak to kreslí, jak dopadl, jaké měl zkušenosti, v jakém období tvořil, a i jsem si uvědomil tu věčnost toho obrazu, věčnost té krajiny.

A čím to je, že to v tobě vyvolává takovou spoustu příjemných pocitů, je to tím, že když se na ten obraz podíváš, tak jsou tam zajímavé tvary nebo barvy nebo nějaké perspektivy. Čím to je? Některé krajinky jsou lepější?

Lepější jsou právě takové ty hodně hluboké obrazy, kde je nějaký les, nějaká řeka, hodně se tam může vyskytovat, ale nemusí, takové často členité, hodně široké často. Jakoby zaujímaly širokou plochu a délku toho výjevu. Takové jakoby neohraničené, hluboké, takový výsek z něčeho neohraničeného. A já si automaticky spojuju, když je to Rus třeba, tak si říkám, jak toto mohl nakreslit Rus, proč zrovna Rus, proč zrovna v té politické situaci, která tam v Rusku vládla, jak to Rusko vypadá dnes.

To znamená, že si zkoušíš představit, jak to prožíval ten člověk, co to maloval?
Jako šířeji, ale i takto.

A jak to máš se svýma dílkama, který ty vytvoříš? Taky na tebe něčím dejnou?
Nejsem spokojený, když mám nakreslit člověka, to se mi nikdy nepodaří. A když nakreslím různé jiné ty dílka, tak se mi celkem líbí, jak jsem to nakreslil.

A čím to je, že se ti to líbí?

Já obecně vždycky kreslím nějaké dílo, které se mi naprosto nevleze na ten obrázek. Anebo když jsem byl na jiné arteterapii v tom Brně, tak jsme měli nakreslit obraz, ostrov. Někdo tam měl takové kolečko uprostřed nebo tak, a já jsem tam měl přes úhlopříčku prostě kraj nějakého ostrovu, který může být obrovský, a to se mi líbí víc. A nikdy se mi to tam nevleze. Mně se líbí nějaká ta nekonečnost, rozlehlost, někdy možná mohutnost něčeho.

Že to v tobě vyvolává nějakou úctu k tomu?

Asi i úctu k takové té nekonečnosti, velikosti, mnohotvárnosti.

Takže to je to, co se ti líbí na tvých dílkách, když namaluješ něco neohraničeného?
Asi jo.

A když si vzpomeneš, v tom ateliérku jste malovali různěma technikama, byly některý nebo některá technika, která tě víc zaujala?

Hm, já myslím, že asi nejraději kreslím, nevím jestli pastelkou nebo vodovkama, ale asi kresba běžná. Potom se mi ještě líbilo to modelování, nevím jestli to byla plastelína nebo keramická hlína.

A v čem jsou tyto techniky lepší než nějaký jiný?
Nejsou takovým experimentem jako třeba z papíru pomačkaného něco vytvarovat nebo z něčeho poskládat něco prostorového. Vím, co kreslím a vím, co modeluju, vidím to před sebou, mám o tom jasnější představu.

Napadá tě ještě něco, na co jsem zapomněla, ale co ti připadá důležité?

Jako důležité mi ještě připadá to, i v té terapii jsem to tak vnímal, že mám ten prostor si sám něco vytvořit, a nějak mě do toho nežene čas nebo požadavky toho okolí, ale že můžu si vytvořit něco sám, něco co vychází ze mě samotného, jenom pro nějakou takovou radost a očekávání toho, co vznikne. Je to taková intimní tvorba.

Intimní tvorba..

Mám tam pro sebe to místo, tu židličku, tu plastelínu nebo ty pastelky, abych si něco sám vytvořil.

Jo, že máš čas jenom sám pro sebe a můžeš si tam hrát.

Sám bych si třeba nezačal něco tvořit doma, ale tam je příjemná atmosféra k tomu tvoření. Ještě navíc v tom ateliéru celkově, i s tím prostředím, celkově je to příjemné si něco vytvořit.

A říká ti něco pojem arteterapie a artefiletika?

No, říkají, ale nevím, jaký je mezi tím moc rozdíl.

A je ti některý z těch názvů třeba sympatičtější, příjemněji ti zní?

No, prvně mně byla dost nepříjemná ta artefiletika, teď mně možná připadá ta artefiletika ještě lepší než ta arteterapie.

A v čem je ten obrat?

Protože arte, dohromady tadyta oblast arteterapie a artefiletika, mi připadá taková moc jemná, moc umělecká na to, aby to byla nějaká léčba, na to aby to byla terapie. A ta filetika, nevím co to pořádně je, ale asi něco od filos nebo filosofie, prostě určité hledání, tvoření, hraní si, postupné nacházení, asi tomu víc odpovídá ten název.

Jakože si neklade ta artefiletika ty terapeutický nároky jako ta arteterapie, a tím ti to přijde oprávněnější?

Já nevím, jestli si neklade takové nároky, já mám pocit, že si možná klade takové nároky, ale celkově je to přijatelnější ten název vzhledem k tomu, co se tam děje.

Hm.

Jak já jsem nakloněný spíš pro tu exaktnost, jak říkám, ten mozek, a od toho potom vycházím, nebo poznatky naměřené, něčím potvrzené, že fakt fungují, a vědecky ověřené nějak, tak když slyším slovo arteterapie, arteterapeut, tak si říkám, Ježíš Maria, co to zas je jako. Nějaká arteterapie si říkám, to už je pro mě, si představím spíš psychologa šílence, blouznivce než odborníka, který chce někomu pomoci. Ale přitom to nějak nezavrhuju, takže si myslím, že to je dobrá oblast jako, ale vůbec mně tam nesedí to slovo terapie.

Jo, aby to byla terapie, tak bys to potřeboval exaktněji podložené.

Ano. Když se řekne terapie, tak si spíš představím léky nebo elektrošoky, ne něco tak jemného jako je arteterapie nebo artefiletika.

PŘÍLOHA III.

ARTETERAPIE- ukázky tvorby

12.1.2007, PL Jihlava, arteterapeut: Mgr. Kateřina Klementová

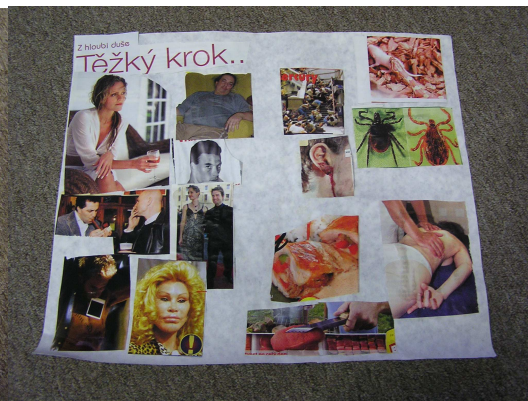
Průběh arteterapie byl zahájen zadáním tématu, na kterém pacienti pracovali samostatně, pouze s občasným dohledem arteterapeuta. Po uplynutí času vyhrazeného na vlastní produkci probíhala diskuse nad obrázky, jejich interpretace.

Celkově převažovala témata individuálně zadávaná. Pokud se vyskytlo téma skupinové, jako například cirkus, pracovalo se více než s hravostí spíše s vztahovými problémy a situacemi, které se během malování vyskytly.

Téma: Ošklivá koláž

Slečna Z.

Paní J. S.



16.1.2007, PL Jihlava, arteterapeut: Mgr. Luděk Štěpánek

Téma: Cirkus

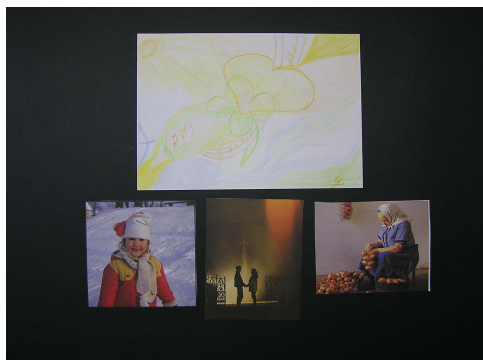


6.3.2007, PL Brno-Bohunice, arteterapeut: Mgr. Petra Vlácilová

Arteterapeut většinou nabízel na výběr ze dvou témat. Po volbě zadání byl přítomen tvorbě, nabízel podporu v tvůrčím procesu. Po ukončení práce na dílech probíhala diskuse nad nimi. Jejich interpretace byla ale střídavější (opatrnější) než v případě PL Jihlava

Téma: Z nabídnutých obrázků (vystříhaných z kalendářů) si vyberte tři, které se vám nejvíce líbí a ty si vezměte. Z nich vyberte jen jeden a podle něj nakreslete svůj vlastní obrázek.

Paní Z.



Paní J.M.



Paní D.

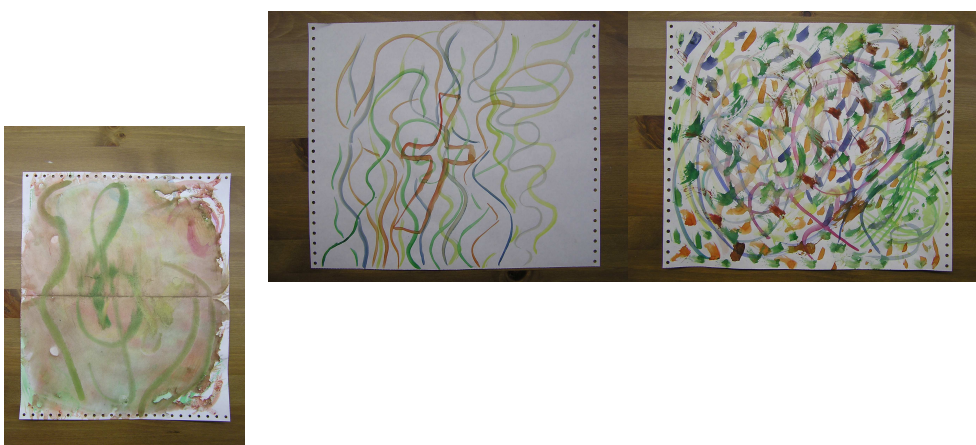


8.3.2007, PL Brno- Bohunice, arteterapeut: Mgr. Petra Vláčilová

Téma: Malování na hudbu

Tři ukázky hudby, puštění jejich úryvku, po vypnutí hudby malování vodovými barvami.

Paní Z.



Paní D.



PŘÍLOHA IV.

ARTEFILETIKA- ukázka průběhu artefiletického setkání

29.4.2006, o.s. Ulita – Praha, vedoucí PhDr. Bažantová Mariana

Téma: Vztahy a interakce prismaticem pohádky Boženy Němcové – Šternberk.

1. Vyprávění pohádky Šternberk: Tři bratři pracují na louce, shrabují seno. Během noci jim ho ale někdo rozhází. Oni se rozhodnou seno hlídat, dva z nich ale neuhlídají, až třetí seno uhlídá, chytí koně, který jim seno rozhazuje. Chlapec vzbudí bratry a řekne jim, ať chytí zbylé dva koně. S koněm, kterého sám chytil, se spřátelí, a zažívají spolu různá dobrodružství.

Zadání 1. obrázku: Vzpomeňte si na své dětství a přátele z těch dob. Jednomu z nich nakreslete obrázek nebo napište dopis o všem, co mu chcete říct (viz obrázek níže).



- následuje diskuse ve dvojicích.

Příběh dále pokračuje. Chlapec po cestě zachraňuje zvířata, zachrání orla (vzduch), psa (země) a kapra (voda), symbolizující tři živly. Chybí zde čtvrtý živel, oheň.

Zadání 2. obrázku: Nakreslete zvíře, i smyšlené, které pro vás představuje živel ohně (viz obrázek níže).



- následuje diskuse ve skupině.

V příběhu dále král zadá chlapci úkol, aby mu přivedl princeznu, o kterou stojí. Chlapec to udělá, ale princezna se zamiluje do svého zachránce, ne do krále.

Zadání 3. obrázku: Vzpomeňte si na svou první lásku a nakreslete obrázek o tom, co se vám vybavuje (viz obrázek níže).



- následuje diskuse ve dvojicích.

Princezna si ale krále nechce vzít, a proto si vymyslí úkol. Provdá se jen za toho, kdo jí vyloví truhličku a k ní jí přinese i klíč, který má ve chřtánu drak. Chlapci v plnění úkolů pomáhají zvířátka, která předtím zachránil.

Zadání 4. obrázku: Vzpomeňte si, kdy vám v životě kdo pomohl? Kdo nejvíc? (viz obrázek níže)



- následuje diskuse ve skupině.

Účastníci artefiletického setkání se rozdělí do čtyř skupin, každá z nich má za úkol znázornit jeden ze čtyř živlů.

Oheň:



Vzduch:



Země:



Voda:



Komentář: Tato ukázka průběhu artefietického setkání nám může ilustrovat hravost a kreativní potenciál tohoto přístupu. Zároveň na pohádkovém tématu ožívají důležité koncepty jako láska či přátelství. Ty mohou účastníci uchopit symbolickou formou ve výrazové hře, která má charakter nejen individuální, ale zároveň využívá potenciálu celé skupiny, všech jejích členů coby spolupodílníků na tvůrčím procesu.